

Makrobiotik-Sommertreffen

28. Juli – 3. August 2018

Das Makrobiotik-Sommertreffen findet in dem Dorf Boek statt, in Mecklenburg zwischen Elde und Elbe gelegen. Die Umgebung prägt sich durch Weite, Himmel und natürliche Kargheit ein.

Klima, Luft und Himmelsenergie fördern ganz besonders innere Kraft und klares Denken.

Das Makrobiotik-Institut dort lädt ein zum Studium der natürlichen universellen Ordnung.

Dieses Studium nennen wir Makrobiotik. Makrobiotik eine Woche zusammen erleben heißt, natürliches, reichhaltiges Essen, innere und äußere Ruhe finden, den Körper fordern und entspannen, den Geist nutzen für Erkenntnis und Freude. Genauso möchten wir Herzlichkeit untereinander und tiefes Vergnügen an unseren eigenen Möglichkeiten zu einem Erlebnis für alle machen.

Herzlich willkommen zu
**Sommerfreude
und Sommerbegegnung**

Bitte abschneiden und auf eine Postkarte kleben.

Anmeldung:

Hiermit melde ich mich zu dem Sommertreffen vom 28. Juli – 3. August 2018 an.

Der Betrag in Höhe von _____ EUR wurde überwiesen.

Name: _____

Anschrift: _____

Telefon: _____

Bedeutung der Ernährung für die persönliche Verfassung und das Zusammenleben der Menschen. Makrobiotik als Weg der Selbstheilung und Selbstfindung

Selbsthilfe durch Makrobiotik

Studien zur menschlichen Entwicklung

Große Töne – großes Leben

Musik als Nahrung – Rhythmus, Melodie, Töne

Wie geht Kochen – so geht Kochen

Welches Essen fördert Schwingen

Welches Essen fördert Singen

Viele Kochkurse, viel Musik

Sehr praktisch – und manchmal auch sehr theoretisch.

Lehrer: Gute Leute vom OWZ und Klaus Schubring

Tagesablauf

8.00 Uhr - 8.45 Uhr *Morgenübungen (Qi Gong, Do In)*

9.00 Uhr - 10.00 Uhr *Frühstück*

10.30 Uhr - 12.30 Uhr *Vortrag oder Kochkurs*

12.30 Uhr *Mittagessen*

16.30 Uhr - 18.30 Uhr *Vortrag oder Kochkurs*

20.00 Uhr *Fragestunde/Abendprogramm*

Ehrenamt braucht Energie

Energie bedeutet Arbeitskraft oder Geld, das von Menschen erwirtschaftet wurde. Der Verein Ost-West-Zentrum Hamburg e.V. möchte zur gesunden, friedlichen Zukunft der Menschheit beitragen, besonders durch Hilfe zur Selbsthilfe. Selbsthilfe beim Kochen und der Orientierung in der Welt.

Wer ohne Bezahlung unterrichten oder Hilfe leisten kann

Wer Geld abgeben möchte

Wer Veranstaltungen durchführen will – Raum hat oder sucht

Wer Lehrkräfte sucht

- Bitte melden -

Mitarbeit – beim Vorstand melden: Tel. 0 41 55 / 55 81
Mo.-Do. 10.00-12.00 Uhr

Spendenkonto: Postbank Hamburg
IBAN: DE88 2001 0020 0088 9842 03, BIC: PBNKDEFF
Kontonr.: 889 84-203, BLZ: 200 100 20

Kosten

Gesamtpreis

- Erwachsene (ohne Übernachtung) 490,- €
- Kinder (bis 18 Jahre) 240,- €
- Vereinsmitglieder (ohne Übernachtung) 470,- €

Auf Wunsch helfen wir bei der Organisation einer Unterkunft.

Ratenzahlung auf Anfrage möglich.

Zelten auf Anfrage möglich.

Kinder

Eltern, die mit ihren Kindern kommen möchten, müssen vor der Anmeldung mit uns Kontakt aufnehmen. Achtung – Nur begrenzte Unterkunftsmöglichkeit für Eltern + Kinder!

Praktische Information

Essen: 3 Makrobiotik-Mahlzeiten täglich

Unterkunft: In Doppel- oder Einzelzimmern im Hotel oder in Ferienwohnungen. Die Fahrzeit zu allen auswärtigen Unterkünften beträgt 10-15 Min.

Eine genaue Wegbeschreibung erhalten Sie auf Anfrage – spätestens 3 Wochen vor Seminarbeginn.

Anmeldung (bis 17. Juni 2018):

Bitte schriftlich an das

Ost-West-Zentrum, Hamburg e.V.

c/o., Möllner Str. 100, 21514 Büchen

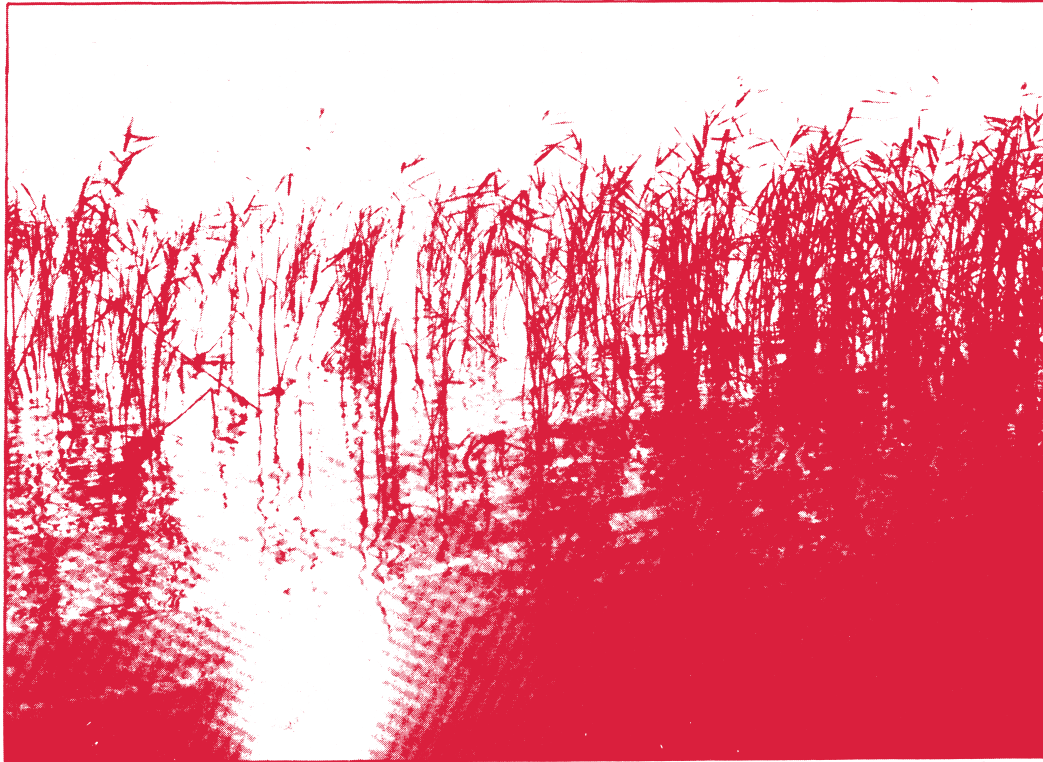
Telefon 0 41 55 / 55 81, Fax 0 41 55 / 63 57

Postbank Hamburg

IBAN: DE88 2001 0020 0088 9842 03

BIC: PBNKDEFF

Der Platz gilt als reserviert nach Eingang des vollen Betrages.



Die Makrobiotik ist eine Lebenskunst, mit Freude, Glück, Gesundheit und Freiheit gefüllt. Der Grundgedanke ist: Du bist Dein eigener Meister, nicht Bakterien, Lehrer, Wissenschaftler, Minister, Philosophen oder Ernährungsexperten, besonders nicht makrobiotische

Herman Aihara



Makrobiotik Sommertreffen 2018

28. Juli – 3. August 2018

