



Ihr Lieben – Dear All!

Am Samstag den 24. September 2022 gestalten wir einen intensiven Tag rund um unser **Immunsystem!**

And on Saturday December 3, 2022 we will do a one-day intensive on **Lymphatic Health and Immunity in English**

Wunderwerk Immunsystem - Samstag 24. September 2022

Wissenschaftliche Erkenntnisse und Techniken des Yoga informiert durch gesunden Menschenverstand leiten uns durch einen Tag, an dessen Ende wir:

- unser Immunsystem in seinem Aufbau verstehen
- seine Funktionsweise nachvollziehen
- und viele wertvolle und praktische Ideen zu seiner Unterstützung selbst anwenden und weitergeben können.

... denn wir sind auch unser Immunsystem

Live-Online - 9-17 Uhr - 95€ mit Ermäßigung für TeilnehmerInnen unserer Ausbildung, für alle die dabei sind gibt es die Videos bzw. Audios zum Nachhören und Skript inklusive!

Lymphatic Health and Immunity - Saturday 3. December 2022

Lucie Königová, Katharina and I will guide you through a one-day intensive on the immune system. Bringing together scientific knowledge and techniques of yoga informed by common sense medicine is our approach.

At the end of this day, we will:

- understand the structure and anatomy of our immune system

- understand how it works

- and be able to apply and pass on many valuable and practical ideas to support our immune system as well as others. See you soon, Günter, Katharina & Lucie

Live-Online – 9 am – 5 pm, 95€ with discount for participants of our training, for all attendees, videos, audios, and a hand-out will be included!

[Immunsystem – Ein Wunderwerk der Natur](#)

Was nährt uns und was gefährdet unsere Homöostase?

Überblick

Unser Immunsystem schirmt uns nicht ab, es trennt uns nicht von der Außenwelt und unterscheidet auch nicht zwischen “fremd” und “eigen”. Diese Betrachtung ist ebenso obsolet wie die harschen Worte, die im Zusammenhang mit dem Immunsystem immer wieder bemüht werden. Wir sind nicht in einem ständigen “Abwehrkampf” und Bakterien sind nicht “feindlich” oder müssen “bekämpft” werden. Ganz im Gegenteil! Alles was wir über die Haut und Schleimhäute aufnehmen ist fremd. Auch Vitamine und Nährstoffe, alles was wir trinken, essen und mit dem wir direkt in Kontakt kommen. Wäre es die Aufgabe, dies alles abzuwehren, würden wir nicht überleben können. Was also ist die Anforderung an unser Immunsystem, dessen Tätigkeit immer wieder mit “Stärkung der Immunabwehr” beschrieben wird?

[WEITER LESEN](#)

Ihnen und Euch wünschen wir viel Spass bei der Exploration einer individuell gesunden Lebensführung - **Euer Momentum Regeneration Team**

Dr. med. Günter Niessen

Goßlerstr. 5
14195 Berlin

Sie erhalten diese E-Mail, weil Sie sich auf unserer
Webseite angemeldet haben.

[Abmelden](#)

