

## NEU! Ayurveda Kur und Rundreise auf Sri Lanka Information und Reisebericht in Wort und Bild

**Kursnummer:** R5001  
**Beginn:** Mittwoch, den 24.11.2021  
**Kursgebühr:** von 14,00 € bis 19,00 €  
**Dauer:** 1 x 3 Ustd.  
**Kursleitung:** Ute Büenfeld-Hess  
**Kursort:** Haus der Familie Seminarraum II  
**Anmeldung:** Email: info-hdf@ekir.de  
Haus der Familie, Friesenstraße 6, 53175 Bonn  
Telefon: 0228-373660

### Ayurveda bedeutet die Lehre und das Wissen vom Leben.

2016 machte ich für mehr als 3 Wochen eine Ayurveda Kur auf Sri Lanka, eine kleine Insel, auch die Perle des indischen Ozeans genannt.

#### In diesem Kurs erfahren Sie:

Warum und wann eine Ayurveda Kur hilfreich sein kann

Wie ist der Tagesablauf?

Was gibt es zu Essen?

Was passiert bei den ärztlichen Konsultationen?

Welche Anwendungen gibt es?

Wie wirkt sich die Kur aus?

Die Kuranlage und das Umfeld

Ausflüge....

sowie Eindrücke und Impressionen von der anschließenden Inselrundreise. Ich lade Sie ein, mitzukommen auf eine virtuelle Reise.

**Erleben Sie in Wort und Bild eine Vielfalt an Sinneseindrücken - die leuchtenden Farben der Blüten bei den Kuranwendungen, Gerüche und Düfte, Märkte, alte und neue Tempelanlagen, Flussfahrten, Transporte per Tuk- Tuk ...und vieles mehr....**



## **Präsenzbetrieb im Haus der Familie Stand 14.09.2021**

Der Kursbetrieb im HDF darf ausschließlich für Geimpfte, Genesene und für Personen mit negativem Testergebnis (nicht älter als 48 Stunden) wieder in Präsenz durchgeführt werden. Grundsätzlich gilt die Abstands- und Maskenpflicht. In Kursen, in denen ein Sitzplan zur besonderen Rückverfolgbarkeit geführt werden kann, entfallen die Abstands- und die Maskenpflicht. Dies entspricht der aktuellen Corona-Schutzverordnung. Teilnehmende werden von uns informiert, falls ihr Kurs coronabedingten Anpassungen unterliegt (z.B. weiterhin Durchführung per Zoom / in kleineren Gruppen / Ausfälle). Das ausführliche Hygienekonzept finden Sie auf unserer Homepage.

Sollten Sie und / oder Ihr Kind Erkältungssymptome aufweisen bitten wir Sie herzlich, im Sinne der Gemeinschaft, an diesen Tagen freiwillig auf eine Teilnahme in unseren Kursen zu verzichten; die Kursgebühr erstatten wir Ihnen bei Bedarf gerne anteilig.

Wir freuen uns auf Sie in unseren Kursen!  
Ihr HDF-Team!