

## ANMELDE-FORMULAR

Unity-Seminarzentrum e.V.

Hochkopfstr. 2, D-79682 Todtmoos

Tel: 07674 594, Fax: 07674 1064

E-Mail: kontakt@lichtquell.de, www.lichtquell.de

Bürozeiten ganzjährig: Mo. - Fr. 9.00 - 12.00 Uhr,

danach Bandaufzeichnung

## Christian de May

Entwickler von Indian Balance®, Dipl. Massage- und Heiltherapeut, Lehrer für Rücken und Entspannungspädagogik, Yogalehrer, Buchautor BLV Verlag.

Christian de May wurde in München geboren und ist aufgewachsen als Kind deutsch-chilenischer Eltern, schon früh fand er Begeisterung jeglicher Form von Bewegung und suchte viel die Nähe zur Natur. Sein Urgroßvater gründete im Jahre 1912 die erste Indianerschule und soziale Mission für die Mapuches in Chile/Südamerika. Aufgrund seiner Herkunft und Familientradition zu den Mapuche Indianern, entwickelte er das indianische Body-Mind-Soul Programm INDIAN BALANCE®. Mit der Ausbildung zum Massage- und Heiltherapeuten führte ihn sein beruflicher Werdegang, begleitet durch therapeutische Fortbildungen u.a. bei Top Physio (Schule für Physio-u. Ergotherapeuten), und verschiedenen Tätigkeiten als Therapeut und Personaltrainer weiter auf seinen Reisen die ihn u.a. nach Nord-, Süd- und Zentralamerika führten - wo ihn besonders in Yucatan (Mexico) die Maya Kultur berührte und einen bleibenden Eindruck hinterließ - zur bis heute andauernden Berufung mit Indian Balance.

Angespornt durch ein privates einschneidendes Erlebnis und der täglichen Arbeit mit Menschen unterschiedlichen Alters und verschiedener körperlicher Voraussetzungen wollte er ein Programm entwickeln das für alle Altersgruppen und Konditionstypen gleichermaßen geeignet ist. Im Jahr 2005 präsentierte er Indian Balance auf der Weltfitness Fachmesse FIBO und wurde dort als neues Body-Mind-Soul Programm vorgestellt. Er ist Autor des gleichnamigen Buches das 2006 im BLV-Verlag veröffentlicht wurde. Als Inhaber der Indian Balance Akademie und Referent arbeitet er an verschiedenen Bildungsakademien u.a. an der SKA Kneipp Akademie e.V. sowie auf Kongressen.

Er vermittelt die energiereichen indianischen Techniken mit der Indian Balance Philosophie:

„Den Körper bewegen, während die Seele ausruht!“

\* \* \*

# 43 Jahre

## Lichtquell-Seminare

Christian de May



### Detox Yoga

in Verbindung mit den 4 Elementen

19.08. - 24.08.2024



[www.lichtquell.de](http://www.lichtquell.de)

E-Mail: [kontakt@lichtquell.de](mailto:kontakt@lichtquell.de)

Seminarthema 1: \_\_\_\_\_

Seminarwoche 1 vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

Seminarthema 2: \_\_\_\_\_

Seminarwoche 2 vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

Es werden keine festen **Seminargebühren** erhoben. Diese richten sich nach dem Ermessen und den Möglichkeiten der Seminarteilnehmer.

**Zimmerwunsch:** (inkl. Halbpension – vegetarisch)

- Einzelzimmer(Nord) € 400,00
- Einzelzimmer(Süd) € 430,00
- Einzelzimmer mit Du/WC (Nord) € 480,00
- Einzelzimmer mit Du/WC (Süd) € 530,00
- Doppelzimmer 2 Pers. (Süd) € 750,00
- Doppelzimmer 2 Pers. mit Du/WC (Süd) € 880,00  
zzgl. Kurtaxe
  
- Bitte holen Sie mich am Seminar-Montag um 17:15 Uhr am **Bahnhof Freiburg im Breisgau beim Informationsschalter in der Haupteingangshalle** ab.  
Hin- und Rückfahrt € 70,00

**Die Anmeldung wird nach Erhalt unserer Reservierungsbestätigung wirksam.**

\_\_\_\_\_  
Vor- und Zuname

\_\_\_\_\_  
Straße, Hausnr.

\_\_\_\_\_  
Land, PLZ, Ort

\_\_\_\_\_  
Telefon

\_\_\_\_\_  
Mailadresse

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift



## Detox Yoga in Verbindung mit den 4 Elementen

19. bis 24. August 2024

Seminarleiter: Christian de May

Den Körper entgiften, neue Energie gewinnen! Also warum nicht die Gelegenheit nutzen?! Du erhältst in dieser Selfcare-Woche Einblick in unser Detox Yoga-Programm und bekommst unterstützende Tools für den Alltag an die Hand.

Die gezeigten Übungen sind einfach durchzuführen und bringen bei regelmäßiger Anwendung reinigende Prozesse für Körper, Geist und Seele in Gang.

Denn neben einer gesunden Ernährung, spielen bei der Entgiftung auch Bewegung und Stressreduktion eine entscheidende Rolle. Also die ideale Ergänzung, wenn du deinen Körper und deinen Geist ganzheitlich entgiften möchtest.

Durch tägliche Einheiten in der Natur stärken wir bewusst unser Immunsystem und nutzen die zahlreichen Vorteile, indem wir uns gezielt mit den 4 Elementen verbinden.

Die Atem- und Entspannungsübungen sowie verschiedene Körperhaltungen aus dem Indigenen Heilyoga, die ich dir in dieser Seminarwoche zeige, sind so ausgewählt, dass sie die Durchblutung der Organe und den Lymphfluss anregen, die Entgiftung in Gang setzen, deinen Stoffwechsel und die Verdauung aktivieren und deinen Stresslevel senken.

Kurzum: Der perfekte Übergang in die herbstliche Jahreszeit!

\* \* \*



## Lichtquellsegen

***Aus Dir strahlt Gottes ewige Liebe.  
Gottes Friede segnet Dich.  
Seine Gegenwart erleuchtet jetzt  
Dein Herz,  
nun und in Ewigkeit.***



\* \* \*