

Natur-pur

Jahresprogramm



Freitag 11.04.25 18.00-21.00 Frühlings-
Wildkräuter (Apéro, Tee, Teemischungen)

Mittwoch 16.04.25 18.00-21.00 Inspiration
und Anleitung zu einer Frühlings-Detox Kur
(Entschlackungs, Reinigungskur)

Freitag 25.04.25 17.30-21.00 Salben und
Tinkturen herstellen

Samstag 26.04.25 10.00-16.00
Wildkräuter-Kochkurs

Sonntag 27.04.25 10.00-16.00
Wildkräuter-Kochkurs

Freitag 16.05.25 18.00-21.00 Frühlings-
Wildkräuter (Apéro, Tee, Teemischungen)

Sonntag 01.06.25 Wildkräuter-Kochkurs
in Kombination mit Klangschalen

Freitag-Sonntag 13.-15.06.25 Kurs im Schloss
Malans in Frankreich (Kochen mit Wildkräutern,
Salben,- Tinkturen,- Deo-Paste herstellen,
Haltbarmachen von Wildkräutern, Anleitungen
zu einer Detox-Kur, Teemischungen,
Panflötenworkshop, Klangschalenworkshop.....)

Freitag 04.07.25 18.00-21.00 Inspiration
und Anleitung zu einer Sommer-Detox Kur

Freitag 12.09.25 17.00-20.00 Herbst-
Wildkräuter (Apéro, Tee, Teemischungen)

Samstag 13.09.25 10.00-16.00
Wildkräuter-Kochkurs

Sonntag 14.09.25 10.00-16.00 Wildkräuter-
Kochkurs in Kombination mit
Klangschalen

Freitag 19.09.25 17.30-21.00 Salben und
Tinkturen herstellen

Samstag 20.09.25 10.00-16.00
Wildkräuter-Kochkurs

Sonntag 21.09.25 10.00-16.00
Wildkräuter-Kochkurs

Freitag 17.10.25 17.00-20.00 Inspiration und
Anleitung zu einer Herbst-Detox Kur

Freitag 24.10.25 17.00-20.00 Herbst-
Wildkräuter und Beeren (Apéro, Tee,
Teemischungen)

Freitag 05.12.25 17.00-20.00 Inspiration
und Anleitung zu einer Winter-Detox Kur

Freitag 19.12.25 17.00-20.00
Rauhnächte zelebrieren

Änderungen und Ergänzungen vorbehalten

Anmeldung und Infos über Kursinhalte und andere
Angebote wie Panflötenunterricht,
Klangschalenmassage... bei
Cornelia

079 425 84 78

seelandpur@gmail.com

www.natur-pur-seeland.ch

Kurskosten: 120.- pro Kurs (ausser der Kurs in
Frankreich), bar oder mit Twint am Kurstag zu
bezahlen

E-Book

Detox, Entschlacken im Jahresrhythmus

Erfahre was eine Detox-Kur beinhaltet: Bewegung, Yoga, Ernährung, Ausleitung, Schwitzen, Kneipen, frische Luft und wohltuendes für Geist und Seele...usw. mit Rezepten und genauen Anleitungen. Wird als pdf versendet.

Detox Kuren, Entschlacken im Jahresrhythmus



Cornelia Cotti

Inhalt

Einführung	2
Grundlagen	3
Ernährung	3
Bewegung	5
Entspannung	5
Leberwickel	5
Löwenzahn und Goldrute	6
Wohltuendes für Geist und Seele	7
Räuchern	7
Detox- Kur im Frühling	8
Detox- Kur im Sommer	10
Detox- Kur im Herbst	11
Detox -Kur im Winter	13
Heilwirkungen	15
Schafgarbencreme	18
Schafgarbensalbe	19
Literaturhinweise	20
Bezugsquellen	20

bestellen bei: seelandpur@gmail.com

Kosten: 19.-