

# SPÜR-SINN Impulsabend



## Einladung zum Impulsabend im Oktober

Wenn sich draußen alles verändert, darfst auch du innehalten. Der Herbst bringt nicht nur bunte Blätter, sondern auch Wind, Kühle und Unruhe – Zeit, gut für dich zu sorgen. An diesem Abend erfährst du, wie der Ayurveda dich dabei unterstützen kann, diesen Übergang bewusst und gestärkt zu gestalten.

Mit Impulsen zu Ernährung, innerer Erdung und emotionaler Stabilität bekommst du praktische Anregungen, wie du dich auch in stürmischen Zeiten zentriert fühlst. Und natürlich begleitet dich ein liebevoll gekochtes, ayurvedisch inspiriertes Herbstmenü durch den Abend – wärmend, nährend, wohltuend.

## Reisedetails:

### Thema: Stark durch den Wandel – Ayurveda im Herbst

Ein Impulsabend voller Inspiration für die stürmische Jahreszeit. Du lernst, wie du mit typgerechter Ernährung, kleinen Routinen und bewusster Achtsamkeit dein Gleichgewicht bewahrst – trotz wechselhaftem Wetter und innerer Turbulenz.

## Wann & Wo:

**Freitag, 17. Oktober 2025**

**Beginn: 19:00 Uhr**

**Ort: Spür-Sinn - Wellness & Ayurveda Lounge**

Sabine Adams



Eberhardstr. 27, 71634 Ludwigsburg

**Wohlfühlbeitrag: 69€**

## SPÜR-SINN Impulsabend



Freu dich auf ein achtsam zubereitetes ayurvedisches Abendessen, feine Snacks, ein herzhaftes Willkommensgetränk sowie eine Begleitung aus Wasser oder Tee zum Essen – und ein liebevoll zusammengestelltes Handout, dass du mit nach Hause nehmen kannst.

**Hinweis: Bitte gib bei deiner Anmeldung eventuelle Allergien oder Unverträglichkeiten an.**

👉 **Bitte melde dich vorab verbindlich an – die Plätze sind begrenzt.**

### **Anmeldung und Kontakt:**

**Tel:** 0171-2731022

**E-Mail:** [meins@sabines-spuer-sinn.de](mailto:meins@sabines-spuer-sinn.de)

[[www.sabines-spuer-sinn.de](http://www.sabines-spuer-sinn.de)]

### **Hinweis zur Buchung:**

Dein Platz beim Impulsabend ist liebevoll für dich reserviert.

Eine Rückgabe ist leider nicht möglich – aber bis 3 Tage vor dem Termin kannst du deinen Platz auf einen anderen Abend verschieben oder einen Gutschein erhalten. Danke für dein Verständnis und deine Achtsamkeit.

Lass uns gemeinsam auf diese Reise gehen – ich freue mich darauf, dich zu begleiten!

Sonnige Grüße

Sabine