

## Fünf »Tibeter«® Jungbrunnen-Kurs

Der harmonische Fluss unserer Lebensenergie ist die Grundlage für Gesundheit, Vitalität, Kreativität und geistig-seelisches Wohlbefinden. Mit den Fünf »Tibeter«® Übungen aktivieren Sie den Fluss Ihrer Lebensenergie.

(Kurs: 4 mal á ca. 90 Minuten)

## 1-Tag-Kombi-Seminar: Business-MakeUP & Fünf »Tibeter«®

Innere und äußere Schönheit.

(Seminar: Samstags, 10.00 - 17.00 Uhr, Ende offen)

Um der Exklusivität des Seminars gerecht zu werden, sind die Gruppen klein gehalten (4 bis 6 Personen).

## Ihre Schönheit

Mit wirksamen und nachhaltigen Atem- und Körperübungen, Ernährung, Gesundheitspflege und Meditationen, die Sie von mir vermittelt bekommen, nehmen Sie Ihre Schönheit und Gesundheit in die eigenen Hände. Diese sind leicht und ohne großen Zeitaufwand in Ihren Alltag integrierbar. Auf diese Weise erhalten Sie Ihre neu gewonnene Jugendlichkeit sowie positive Ausstrahlung zurück und gewinnen Leichtigkeit und Freude.

Ich biete Ihnen nach fachlicher Analyse, bei der Ihre Haut Zone für Zone untersucht wird, individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte entspannende oder stimulierende Behandlungen. Bei der Hautanalyse Ihrer individuellen Behandlung erkenne und berücksichtige ich auch den momentanen seelischen Zustand auf der Grundlage der Patho- und Psychophysiognomie (Antlizdiagnostik) nach Carl Huter.



## Buchungen und Preise

Behandlungen können direkt bei mir unter der Telefonnummer **0172 8704568** oder an der Rezeption des Van der Valk Hotels gebucht werden.

Die Preise entnehmen Sie bitte der beigefügten Preisliste.

*„Ich bin eine Blume, ich bin frisch und schön.“*

Schließen Sie jetzt Ihre Augen, atmen Sie achtsam drei mal ein und aus und dann wiederholen Sie bewusst den Satz:

*„Ich bin frisch und schön wie eine Blume.“*



### Valentina Gur'Eva

Bionom-Cosmetic

Markt 4 · 31134 Hildesheim  
(im Van der Valk Hotel Hildesheim)

Telefon: 0172 8704568  
E-Mail: [mail@bionom-cosmetic.de](mailto:mail@bionom-cosmetic.de)  
[www.bionom-cosmetic.com](http://www.bionom-cosmetic.com)

\*Änderungen, Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. | Fotos: © Valentina Gur'Eva, zaretskaya - © Fotolia.com | Gestaltung: gerdes-design.de  
DR. BAUMANN, Skindent, DR. BAUMANN MakeUP, DR. BAUMANN bionomeSPA und BeauCaire sind Marken der Skindent AG.  
Fünf »Tibeter«® ist ein eingetragenes Markenzeichen von Fünf »Tibeter«® Anwender und Trainer Dachverband e. V.



*Die Balance von  
Körper, Geist & Seele*

**Genuss pur im Van der Valk Hotel Hildesheim  
garantieren die Bereiche...**

- Schwimmbad
- Sauna
- Wellnessbereich
- Fitnessraum



VAN DER VALK  
HOTEL HILDESHEIM

Markt 4 (GPS: Jakobstraße)  
31134 Hildesheim  
Tel. 05121 300 0  
Fax 05121 300 444

Email: [info@hildesheim.valk.com](mailto:info@hildesheim.valk.com)  
[www.vandervalk.de](http://www.vandervalk.de)

*Valentina*

GANZHEITLICHE KOSMETIK

und mehr...



## LASSEN SIE SICH INSPIRIEREN...

### Jungbrunnen für Körper, Geist und Seele

Mit meinen Angeboten möchte ich Sie motivieren, mit mir gemeinsam neue Wege zu Frische, Schönheit und Vitalität zu gehen. Alle angebotenen Behandlungen sind exakt auf Ihren Hauttyp und Ihre innere Einzigartigkeit abgestimmt.

Ich zeige Ihnen eine sehr wirkungsvolle und doch sanfte Behandlung der Gesichtsverjüngung durch den Einsatz von hochwertigen, gesundheitsfördernden Hautpflegemitteln und die individuell auf Sie abgestimmte Behandlung.

Frisch und schön durch:

### Echte Anti-Aging Bionome Pflege DR. Baumann, SkinIdent

Hautpflege bzw. Schönheitspflege muss Gesundheitspflege sein, weil nur gesunde Haut auf Dauer schön ist. Mein Ziel ist es, Ihre Haut innerhalb kürzester Zeit in einen bestmöglichen Zustand zu bringen.

DR. BAUMANN  
MakeUP

Zertifiziertes  
SkinIdent Institut  
Hautberatung & Schönheitspflege

Entscheidend ist hierfür die Verwendung des täglichen Einsatzes von gesunden, besonders verträglichen, hochwirksamen und weltweit einzigartigen Hautpflegeprodukten wie sie die Firma **Dr. Baumann, SkinIdent** anbietet.

## BERATUNG, KURSE & SEMINARE

### Beratung zur optimierten Hautpflege (Hautanalyse)

Erfahren Sie im Rahmen einer Kosmetikberatung mit Hautanalyse und eine kurze Behandlung...

- welche Kriterien für die Beurteilung des derzeitigen Hautbildes zu berücksichtigen sind.
- wie anhand der Inhaltsstoffe in Kosmetika (unabhängig von Werbeaussagen) die geeigneten Pflegeprodukte gefunden werden können.
- welche Maßnahmen notwendig sind, um Hautprobleme in den Griff zu bekommen und wann die Zusammenarbeit mit einem Arzt erforderlich ist.
- wie sie bei einem momentan guten Hautbild sicherstellen können, dass dies auch in der Zukunft so bleibt. (Dauer: ca. 120 Minuten)

### MakeUP-Beratung

Ein **typgerechtes und individuelles MakeUp** unterstützt ein **strahlendes Aussehen**.

Sie erhalten eine individuelle Beratung, professionelles Schminken und hilfreiche Tipps. Wir üben gemeinsam Schritt für Schritt die Grundlagen eines professionellen MakeUps. (Dauer: ca. 90 Minuten)



**Herzstück der Behandlungen ist die LITTLE BUDDHA Massage mit kostbaren DR. BAUMAN SkinIdent Produkten.**

Nach der Yoga Lehre und traditioneller östlicher Philosophie hat der Mensch im Körper verschiedene Energiebahnen, welche durch bestimmte Energiekanäle - Nadis, Meridiane verlaufen. Über diese Kanäle fließt die Körperenergie, das Ki und Prana - die universelle Lebensenergie. Fühlt man sich körperlich und geistig unwohl, so ist der Fluss der Energie gestört, was zu Verspannungen und Schmerzen führt und langfristig Krankheiten auslösen kann. Die Little Buddha Massage löst sie, mit sanften, ganz speziellen Handbewegungen.

Ausführliche Beschreibungen von allen Behandlungen unter [www.bionom-cosmetic.com](http://www.bionom-cosmetic.com)

### Valentina DE LUXE

für höchste Ansprüche, für alle Hauttypen (Dauer: ca. 90 Minuten)

### Energiespendende Behandlung

für stressgeplagte - wirkt wie eine Energiedusche (Dauer: ca. 75 Minuten)

### Face Vital Wrap

der Stoffwechsel der Haut wird angeregt, fördert die Eliminierung von Giftstoffen und reguliert die Talgproduktion (Dauer: ca. 60 Minuten)

### Porentiefe Reinigung

für eine anspruchsvolle, zu Unreinheiten neigende Haut (Dauer: ca. 60 Minuten)

### Intensiv-Behandlung

für Kinn, Wangen, Hals und Dekolleté - bei absinkenden und erschlafften Konturen (Dauer: ca. 60 Minuten)

### Little Buddha Gesicht-, Hals- und Dekolletémassage

ist eine sehr sanfte und doch wirkungsvolle Behandlung. (Dauer: 60 Minuten)

### Little Buddha Bauch- und Beckenmassage

der Bauch ist der Sitz vieler Gefühle.

Der Bauchraum wird vom Sonnengeflecht-Chakra und das Becken vom Kundalini-Chakra regiert. Die Little Buddhamassage macht die blockierten Energiebahnen wieder frei und mobilisiert negative Stauungen, die sich durch unterdrückte Gefühle angesammelt haben. (Dauer: ca. 40 Minuten)

### Little Buddha Kopf und Nacken

löst Verspannungen und versorgt mit frischer Energie.

Sie genießen mit sensibler Wahrnehmung die einfühlsamen Griffe spiraligen Bewegungen sowie Akupressuren und dürfen einfach loslassen. (Dauer: ca. 40 Minuten)

### Harmonie Balance

Chakraverbindung - eine sehr wirkungsvolle Atemmethode aus dem Yoga.

Dabei verbindet der Praktizierende über vertieftes bewusstes Atmen und mit der Kraft der Vorstellung seine Chakren. (Dauer: ca. 60 Minuten)



*Jungbrunnen  
für Körper, Geist & Seele*