

Vorträge & Kurse 2026

Jetzt **30 Min.**
unverbindliche
Beratung vereinbaren:

02191.6968341 oder
info@medora-remscheid.de

mit Heilpraktikerin & Ernährungsberaterin **Manuela Hohmann**

Do. 15.01.2026
17.00 Uhr

**Rückencheck und
Wirbelfehlstellungen**

Fehlstellungen der Wirbelsäule können Nerven, Organe und Gelenke beeinflussen. Erfahren Sie, wie die Wirbelsäulen-Statik mit Beschwerden wie Kopf- oder Kieferproblemen sowie Beinlängendifferenzen zusammenhängt – **und wie die Dorn-Methode helfen kann.**

Do. 05.02.2026
17.00 Uhr

**Basenfasten für Körper
und Gelenke**

Basenfasten ist eine milde, alltagstaugliche Fastenform. Eine basenbildende Ernährung unterstützt die Entgiftung und kann beim Abnehmen helfen. **Starten Sie fit ins Frühjahr und lernen Sie bei uns die Umsetzung!**

Mo. 23.02. 17.00 – 18.00 Uhr

Mo. 02.03. 17.00 – 18.00 Uhr

Mo. 09.03. 17.00 – 18.00 Uhr

Kurs Basenfasten

In diesem Kurs erhalten Sie eine professionelle Anleitung und fachliche Begleitung zum Basenfasten.

- Gefastet wird vom 28.02.–06.03.26 zuhause (7 Tage)
- **Der Kurs kostet 69€ /p.P, Mindestteilnehmer: 5**

Do. 19.03.2026
17.00 Uhr

**Gelenkschmerzen –
was kann helfen?**

Auch Gelenke brauchen Nahrung und Pflege! Schmerzen entstehen oft durch chronische Entzündungen. Ernährung, Nahrungsergänzung und ein gesunder Lebensstil können dagegen helfen. **Werden Sie wieder beweglich!**

Do. 23.04.2026
17.00 Uhr

**Die Organuhr –
natürlich im Rhythmus
mit der TCM**

Nach TCM hat jedes Organ seine Hauptarbeitszeit. Ist es im Ungleichgewicht, zeigt der Körper Signale wie Müdigkeit, nächtliches Erwachen oder Schmerzen. **Lernen Sie anhand von Alltagsbeispielen, wie Sie die Organuhr nutzen, um wieder in Balance zu kommen!**

Do. 07.05.2026
17.00 Uhr

Erfolgreich Abnehmen

Viele Faktoren und Gewohnheiten prägen unser Essverhalten. Diäten führen oft nur kurzfristig zum Erfolg und enden im Jojo-Effekt. **Erfahren Sie, wie Sie nachhaltig und gesund Gewicht reduzieren können!**

Do. 25.06.2026
17.00 Uhr

**Darmgesundheit
fördern**

Unser Darm spielt eine zentrale Rolle für Gesundheit und Wohlbefinden: Er steuert die Verdauung, stärkt das Immunsystem und beeinflusst die Psyche. **Erfahren Sie, was Sie im Alltag für Ihren Darm tun können!**

Anmeldung: 02191.6968341 | info@medora-remscheid.de | Kosten 7 €/Vortrag, Mindestteilnehmer: 5



Anmeldeschluss ist jeweils 1 Woche vorher. Die verbindliche Buchung erfolgt per Vorkasse. Alle notwendigen Informationen erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung per Telefon oder E-Mail. Unsere Vorträge und Kurse finden in der **medora, Zentrum-Süd, Rosenhügeler Straße 8, 2. Etage, Eingang C**, statt und dauern jeweils **45 Minuten**.

Sie sind eine Gruppe ab fünf Personen oder ein Unternehmen?
Gerne bieten wir Ihnen unsere Vorträge auch als separate,
individuell buchbare Termine an.

www.medora-remscheid.de | f i y

30 JAHRE IN BEWEGUNG
medora