ONLINE - WEBINAR „BASISWISSEN ÜBER DEN WEIBLICHEN ZYKLUS“

Campus³ AG
Haselstrasse 18
5400 Baden
Tel.: +41 (0)56 552 60 00
E-Mail: info@campus3.ch

www.campus3.ch

Kursausschreibung

ONLINE - WEBINAR „BASISWISSEN ÜBER DEN WEIBLICHEN ZYKLUS“

EINLEITUNG

Dein Zyklus – mehr als nur ein monatliches Geschehen

Dein Zyklus begleitet dich über viele Jahre hinweg und beeinflusst weit mehr als nur deine Fruchtbarkeit – er wirkt auf Körper, Energie, Stimmung und Wohlbefinden.

Grund genug also, ihm etwas mehr Aufmerksamkeit zu schenken!

In diesem Webinar tauchst du ein in die faszinierende Welt deiner Hormone, lernst die verschiedenen Zyklusphasen kennen und erfährst, wie du sie ganz praktisch für dich nutzen kannst – ob im Alltag, bei der Arbeit oder für deine innere Balance.

ZIELE

Die Teilnehmenden

- kennen die Abläufe, die während eines weiblichen Zyklus im Körper stattfinden
- kennen die verschiedenen Zyklusphasen und wissen, wie sie diese für sich nutzen können

INHALTE

- Überblick über die weiblichen Hormone & deren Wirkung im Körper
- Die 4 verschieden Zyklusphasen
- Wie kann ich die Zyklusphasen für mich ideal nutzen

METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Theorie
- Tipps für den Alltag

Da es ein Webinar ist, können unbegrenzt viele Personen teilnehmen

KURSVORAUSSETZUNGEN

Dieser Kurs ist offen für alle, die sich für ein weibliches, zyklischen Leben (ohne hormonelle Verhütung/Medikamente) interessieren.

Der Kurs ist auch für Frauen geeignet, die (noch) hormonell verhüten (& diese absetzen wollen)

LEITUNG

Scarlett Schmidt

Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Kosten
	29.09.2025	18.30 - 19.30 Uhr	01425	CHF 60.-