

## 252-51032 Himmlische Düfte - kleine Helfer in unserem Alltag Mischungen zum Aktivieren und Entspannen

Beginn	Samstag, 21.02.2026, 10:00 - 13:00 Uhr
Kursgebühr	27,00 € Die Gebühr wurde für min. 6 Teilnehmende kalkuliert.
Dauer	1x
Kursleitung	Jutta Tünneßen
Informationen	Zielgruppe: Der Workshop gibt einen Einblick in das vielfältige Wirkungsspektrum der ätherischen Öle. Drei ganz besondere dieser ätherischen Öle werden detailliert vorgestellt. Ein Beitrag in Höhe von ca. 9,00 € für die Mischungen, die mit nach Hause genommen werden können, ist bei der Kursleiterin bar zu entrichten.
Kursort	Kaarst, vhs-Haus, Raum 203, Am Schulzentrum 18, 41564 Kaarst

In diesem Aufbau-Workshop werden wir Duftmischungen herstellen, die wir zur Massage, zum Einreiben oder als Raumspray benutzen können. Wir erarbeiten, was beim Mischen von ätherischen Ölen zu beachten ist, finden heraus, welche Öle besonders gut miteinander harmonieren und lernen unterschiedliche Anwendungsmöglichkeiten kennen. Dabei arbeiten wir mit ausgewählten ätherischen Ölen, die sich besonders gut für Neueinsteiger eignen. Im Workshop erstellen wir eine Aktiv-Mischung, die munter macht und die Konzentration fördert sowie eine Mischung, die beruhigend und schlaffördernd wirkt.

Kenntnisse aus dem Basis-Seminar sind wünschenswert.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
21.02.2026	10:00 - 13:00 Uhr	Kaarst, vhs-Haus, Raum 203

[zur Kursdetail-Seite](#)