

Neues Leben in der alten Post

Heilpraktikerin Maïke Hoyer ist nach Dötlingen gezogen / Tag der offenen Tür geplant

VON TANJA SCHNEIDER

Dötlingen – In der alten Post am Dorfring 41 in Dötlingen herrscht wieder Leben: Maïke Hoyer ist mit ihrer Familie hergezogen und richtet sich derzeit nicht nur privat in dem Gebäude ein. Die Heilpraktikerin und Vitaltrainerin plant im Erdgeschoss zudem eine Praxis und ist deshalb gerade fleißig am Renovieren. Über ihr Vorhaben möchte sie die Dötlinger und alle Interessierten am Samstag, 14. September, im Rahmen eines Tages der offenen Tür informieren.

Ab 12 Uhr lädt Hoyer zu einer Art Erlebnistag ein, bei dem sie nicht nur Wissenswertes rund um Naturheilverfahren, Meditation und

ganzheitliche Fitness serviert. Die Besucher können sich zudem auf ein Workshop-Programm freuen. Dieses gibt einen ersten Einblick, was künftig in den Räumen an Kursen denkbar ist. Um 13.30 Uhr erfahren Interessierte, was sich hinter dem Ganzkörpertraining Schlingen-Fitness verbirgt, um 15 Uhr heißt es „Vitaltraining für dein Selbst“ für mehr Gelassenheit im Umgang mit Stress, und für 16.30 Uhr ist noch sanftes Rücken-Yoga geplant. Alle Workshops dauern etwa 30 Minuten.

Hoyer ist seit 2002 als Heilpraktikerin tätig, zunächst in Weyhe, dann in Barrien. „Nun bin ich wegen der Liebe nach Dötlingen gezogen“, verrät sie. Schon früh interes-

sierte sie sich für alternative Naturheilkunde und gesunde Lebensweisen. Mit 18 Jahren kam sie zur chinesischen Bewegungskunst Taijiquan, und während ihres Studiums reiste sie erstmals nach Asien und China. Mit Mitte 20 fasste sie schließlich den Entschluss, Heilpraktikerin zu werden. Als solche wolle sie Gesundheit, Lebensfreude, Vitalität und die körperliche Fitness fördern. Das sei ihre Motivation.

Hoyer setzt dabei auf ein ganzheitliches Konzept. Behandlungsmethoden wie die Craniosacrale Therapie, das Stoffwechselmanagement, die Akupunktur mit Laser statt Nadeln oder das Schröpfen gehören ebenso zu ihrem Repertoire wie ein effektives

Ganzkörpertraining für mehr Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. „Ich vermittele gerne, was man für sich selbst tun kann“, spricht Hoyer von einer Art Hilfe zur Selbsthilfe. Idealerweise ließen sich Behandlungsmethode und Vitaltraining kombinieren.

Auf ihrer Homepage finden Interessierte zudem einen Vital-Blog, in dem Hoyer über Themen wie „Vitamin D-Mangel im Sommer – Ist das möglich?“, „Stressfrei durch Vagus-Übungen“ oder „Was sind Faszien?“ schreibt. Auch Gastbeiträge sind veröffentlicht.

Weitere Informationen

www.heilpraktikerin-vitaltrainerin-hoyer.de



Maïke Hoyer lädt für den 14. September zum Tag der offenen Tür an den Dorfring 41 ein.