

SPRENGE DEINE INNEREN FESSELN UND LEBE GRENZENLOS

Wege aus der Angst ins neue Leben

PRAXIS-Intensiv Seminar
Yogarena Lanztenkirchen
14. & 15.03.26

MEINE BESTEN
TRANSFORMATIONS
WERKZEUGE
FÜR DICH



herzberührung

SPRENGE DEINE INNEREN FESSELN UND LEBE GRENZENLOS

Wege aus der Angst ins neue Leben

DIESES POWER-WOCHENENDE IST RICHTIG FÜR DICH, WENN DU DICH IN FOLGENDEN THEMEN WIEDERFINDEST

- Ängste
- Mangel an Urvertrauen
- Panikattacken
- negative Gedankespiralen
- Sorgen
- Schlaflosigkeit
- Abhängigkeit
- Ungeduld & Gereiztheit
- Gefühlen der Sinnlosigkeit
- Mutlosigkeit
- Abgrenzungsthemen
- Unzufriedenheit
- Stress & Unruhe
- Energielosigkeit
- Verspannungen aller Art



herzberührung

SPRENGE DEINE INNEREN FESSELN UND LEBE GRENZENLOS

Wege aus der Angst ins neue Leben

KOMM IN DEINE MEISTERSCHAFT UND GEWINNE

- mehr Lebensfreude
- bessere Schlafqualität
- Klarheit
- Durchsetzungskraft
- Abgrenzungsfähigkeit
- Füllebewusstsein
- Urvertrauen
- Entscheidungsfreudigkeit
- Motivation & Umsetzungskraft
- Geduld & Gelassenheit
- harmonische Beziehungen
- Mut & Zuversicht
- Entsäuerung des Körpers
- Fokussierung
- mehr Energie für deinen Alltag
- positive Gedankenausrichtung
- lösungsorientiertes Handeln
- Entspannung



herzberührung

SPRENGE DEINE INNEREN FESSELN UND LEBE GRENZENLOS

Wege aus der Angst ins neue Leben

ERPROBTE WERKZEUGE UND METHODEN AUS

- Breathwork
- Yoga
- Jin Shin Jyutsu (Strömen)
- Mentaltraining
- Innere Kind Arbeit
- positive Psychologie
- Neurowissenschaft
- Herz-Hirnkohärenz

Alles, was du für ein erfülltes Leben brauchst, ist bereits in dir angelegt. Mach dich auf die aufregenste Reise der Welt - auf die Reise ZU DIR.



herzberührung

SPRENGE DEINE INNEREN FESSELN UND LEBE GRENZENLOS

Wege aus der Angst ins neue Leben

ORT

Yogarena Lanzenkirchen
Gewerbepark C10
2821 Lanzenkirchen

PREIS

Eur 299,-
inkl. umfangreichem Skript
für deine Alltagspraxis

ANMELDUNG

eva@herzberuehrung.com
+43 676 70 555 06



herzberührung