

Freiheit im Kopf schafft Freiheit im Leben

Erfrischend anders lernen

Wann? 26. Oktober 2024
10:00 Uhr – 19:30 Uhr

Wo? Dresden



Das Seminar verspricht Spaß, Erfolg und Überraschungen.

Was erwartet Sie?

- ✓ Sie erkennen Ihre mentalen Blockaden und lösen diese auf
- ✓ Sie bewegen sich kraftvoll zu den neuen Trainingsprogrammen AROHA® und KAHA®
- ✓ Sie lassen Holz, Glas und Stahl ihre Härte verlieren
- ✓ Sie sprengen Ihre inneren Grenzen
- ✓ Sie entdecken ungeahnte Potentiale in sich selbst

Kosten? 125€ pro Teilnehmer (inklusive Material und Skript)
100% Geld zurück Garantie bis 15:00 Uhr

Nach unserem gemeinsamen Tag werden Sie sich motiviert, energievoll und gelassen fühlen.



Referentin:
Heilpraktikerin & Mentalcoach
Sabine Reißig-Ramm
01217 Dresden
Caspar-David-Friedrich-Straße 51
Tel. 03514765750
E-Mail. schmerz-frei.eu
www.schmerz-frei.eu



Programmablauf

10:00 – 10:15 Uhr	Begrüßung
10:15 – 10:45 Uhr	AROHA®
10:45 – 11:15 Uhr	Grundlagen des Mentaltrainings
11:15 – 11:45 Uhr	Übungen mit Pfeilen
11:45 – 12:00 Uhr	Pause
12:00 – 13:00 Uhr	Was treibt dich an? Teste deinen Motivationstyp
13:00 – 14:00 Uhr	Mittagessen
14:00 – 14:30 Uhr	AROHA® und KAHA®
14:30 – 15:15 Uhr	Erkenne deine innere Stärke beim Training mit Holzbrettern
15:15 – 16:30 Uhr	Individuelle Stressprophylaxe mit dem Lebensrad
16:30 – 16:45 Uhr	Pause
16:45 – 17:30 Uhr	Spreng deine eigenen Grenzen, Barfußlauf über Glas
17:30 - 18:00 Uhr	Entspannungs- und Mentalübungen
18:00 – 18:45 Uhr	Nutze deine neu gewonnenen Kräfte und deine innere Balance bei der Arbeit mit Armierungsstahl
18:45 – 19:15 Uhr	Fragen und individuelles Coaching
19:15 – 19:30 Uhr	Überraschung