



Komm bei dir an!

Lerne:

- ***mit Stress gelassener umzugehen***
- ***eine liebevolle Beziehung zu dir und anderen aufzubauen***
- ***präsent, lebendig und verbunden in deinem Leben zu sein***

MindBodyEssence.Love

„Liebevoll verbunden mit Geist, Körper und Essenz“

Wie kannst du...

- *deine Bedürfnisse bewusster wahrnehmen und ausdrücken?*
- *dich abgrenzen, wenn nötig?*
- *authentisch im Kontakt sein?*
- *dich verbunden fühlen?*

In unseren Workshops lernst du, einen bewussten Zugang zu deinen körperlichen, emotionalen und intuitiven Ressourcen zu gewinnen. Das hilft dir, die Unwägbarkeiten und Krisen des Lebens gelassener zu meistern und deine Wünsche einfacher zu realisieren.

Das Ziel dieses Weges ist, dass du dich langfristig zufriedener, erfüllter und glücklicher fühlst. Jeder und Jede ist willkommen.

Wir nutzen dazu wirkungsvolle Methoden der Körperpsychotherapie, Achtsamkeits-, Bewegungs- und Atemlehre.

Du bist herzlich eingeladen zu unseren nächsten Events:

Online 19-20 Uhr: 18.06., 02.07., 16.07., 30.07., 13.08., 27.08.2020

Im Park 18-20 Uhr: 01.07.2020

Wochenende: 17.10. - 18.10.2020

Konkrete Themen und weitere Informationen findest du hier:

www.mindbodyessence.de, bei Facebook und Instagram oder kontaktiere uns gern mail@mindbodyessence.de

Wir freuen uns auf dich!

Doreen Peukert und Christian A. Becker

(Körperpsychotherapie, Heilpraktiker/in für Psychotherapie, Coach/in und Trainer/in)