

Unser Seminar richtet sich an Menschen, die

- ...aktiv ihr Leben mit Freude gestalten wollen
- ...mehr Leichtigkeit leben möchten
- ...sich selber wichtig sind

Wir bieten ein harmonisch abgestimmtes Programm, bestehend aus

- Yoga
- Klang- und Fantasiereisen
- Mentaltraining / Lifecoaching
- Grundlagen der basischen Ernährung



Durch achtsames Bewegen den eigenen Körper spüren und dabei das Gedankenkarussell zur Ruhe bringen.



Körperbewusstsein schaffen und Lebensenergie pflegen mit Klangschalen und basenüberschüssiger Ernährung.



Mit einem Blick hinter die Kulissen die eigenen Möglichkeiten und Perspektiven für ein glückliches und erfolgreiches Leben erkennen.