

5*element*S work

Good Life Balance afterwork - Der Glücksabend



Wann: Montag **27.11.2023** 19.30 - 22.00
Wo: ONLINE at home über zoom.us
Kosten: € 40.-
Information: Glücksabend zum Element Metall
Anmeldung: bitte verbindlich anmelden
tel: 0049 163 2616681
mail : s.sapper@praxis-koerpersprache.de

Inhalt:

Ein Abend für Gesundheit und Wohlbefinden - somit für die eigene Work-Life-Balance und innere Resilienz. Wollen Sie auf allen Ebenen regenerieren, sich neu spüren und ausgleichend mitwirken gegen Neurostress?

Dieser Abend, hilft Ihnen, die eigene Kraft zu stärken oder auch Ihr Vertrauen und Ihre Gelassenheit ins Leben.

Good-Life-Balance im Zyklus der 5 Elemente der TCM hat die Themen von Element Holz, Feuer, Erde, Metall, und Wasser, die in unserem Leben wirken. Jeder Abend hat ein anderes Thema entsprechend dem Element und der Jahreszeit.

Auftanken auf allen Ebenen und einfach SEIN mit Entspannung, Qigong, Meditation, geistiger Ausrichtung und einer Trance

Bitte mitbringen: Decke, Meditationskissen, Schreibzeug, Tee / Wasser



***STEPHANIE SAPPER**



GOOD LIFE BALANCE AFTERWORK

5*ELEMENT*S® METHODE

AM MONTAG 27.11.2023 ONLINE ZUHAUSE 19.30 - 22.00



Element Metall

Das Element Metall lädt Dich ein, inne zu halten - es ist das kleine Yin, der beginnende Rückzug von aussen nach innen. Zeit der Klarheit im Geist, Zeit der Innenschau, Sammlung und Transformation.

Welche Ernte sammelst Du ein?

Wofür bist Du dankbar?
Möchtest Du ein Meister/
eine Meisterin im Loslassen sein?

*„Die Dinge loszulassen bedeutet nicht, sie loszuwerden. Es bedeutet, dass man sie sein lässt.“
(J. Kornfield)*

Heute ist Zeit für DICH!

Der Glücksabend für mehr Energie

Ein Abend für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden - somit für Ihre eigene Work-Life-Balance und innere Resilienz. Wollen Sie auf allen Ebenen regenerieren, sich neu spüren und ausgleichend mitwirken gegen Ihren Neurostress? Dieser Abend, hilft Ihnen, die eigene Kraft zu stärken oder auch Ihr Vertrauen und Ihre Gelassenheit ins Leben.

Good-Life-Balance im Zyklus der 5 Elemente aus der TCM hat die Themen von Element Holz, Feuer, Erde, Metall, Wasser für unser Leben.

* für den Körper:

QiGong und verschiedene Entspannungstechniken für leichte Beweglichkeit und Entspannung.

* mit Meditation:

in der inneren Stille, Ruhe und Gelassenheit begegnen.

* für den Geist:

Achtsamkeit und Bewusstheit spüren - wohin möchten Sie sich innerlich ausrichten und Ihren Geist klären?

* für Herz und Seele:

mit heilsamer Energiearbeit, Trance- und Phantasie Reisen zu inneren Kraftplätzen und Visionen.

Keine Vorkenntnisse nötig!

Sie sind herzlich Willkommen!
Ich freu mich auf Sie!

**Stephanie Sapper*

Termin: 27.11.2023

19.30 - 22.00

Ort: ONLINE über zoom.us

Energieausgleich: € 40.-

Bitte mitbringen: Decke, Meditationskissen und Schreibzeug für Notizen. Tee oder Wasser, 1 Kerze



Information:

verbindliche Anmeldung

s.sapper@praxis-koerpersprache.de

Tel 0049 163 2616681