

## 5\*element\*S work

Good Life Balance afterwork - Der Glücksabend



- Wann:** Donnerstag **02.03.2023** 19.30 - 22.00  
**Wo:** ONLINE at home über zoom.us  
**Kosten:** € 40.-  
**Information:** Glücksabend zum Element Wasser  
**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, 1 Kerze





## GOOD LIFE BALANCE AFTERWORK

### 5\*ELEMENT\*S® METHODE

AM DONNERSTAG 2.3.2023 ONLINE ZUHAUSE 19.30 - 22.00

### Der Glücksabend für mehr Energie



### Element Wasser

Element Wasser in der TCM - Zeit der Stille - in der Tiefe beginnen die Samen des Neuen zu wachsen - Zeit der Träume und Visionen - Zeit für das neue Licht in Deinem Leben.

Welche Richtung schlägst Du ein? Nimm Dir Zeit, Mut und Vertrauen, Dein Licht leuchten zu lassen.

„Wirf deine Angst in die Luft - sei was du bist, gib was du hast“  
(Rose Ausländer )

Heute ist Zeit für DICH!

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 der TCM (traditionelle chinesische Medizin) 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

##### 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 Phantasiereisen zu inneren Kraftplätzen und Visionen.

Keine Vorkenntnisse nötig!

Sie sind herzlich Willkommen!  
Ich freu mich auf Sie!

*\*Stephanie Sapper*

**Termin: 2.3.2023**

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: [www.praxis-koerpersprache/kurse](http://www.praxis-koerpersprache/kurse)

verbindliche Anmeldung  
[s.sapper@praxis-koerpersprache.de](mailto:s.sapper@praxis-koerpersprache.de)

Tel 0049 163 2616681