

Fitnessstraining für den Körper ist heute selbstverständlich, warum sollte man nicht auch etwas für die Fitness von Geist und Seele tun?

Alle Menschen sind angesprochen – alle Menschen, die sich mit ihrer einzigartigen Persönlichkeit beschäftigen wollen, die vielleicht eine Neuorientierung suchen, sich etwas verlaufen haben oder sich die Fragen stellen:



„War das alles?“ oder „was ist der Sinn meines Lebens und wie kann ich ihn finden?“ oder „wie kann ich die Energie finden um meine Lage, mein Leben weiter zu verbessern?“

Es geht darum, sich nicht mehr aus dem Leben "herauszureden" und in den Tiefen unserer Seele nach Begründungen zu graben, selbstquälerisch, voller Zweifel und Ängste, sondern wieder freudig und glücklich zu leben, wie es dem eigenen Wesen entspricht und wie es für uns vorgesehen ist. Es geht darum, Verantwortung für unser eigenes Leben zu übernehmen und aufzuhören die Schuld bei anderen zu suchen.

Du wirst aktiv werden.

Du wirst entschieden neugieriger, glücklicher und lebendiger sein.

Es klingt zwar einfach zu sagen: „Werde aktiv!“ aber zu viele Menschen unternehmen zu wenig.

Tue den nächsten Schritt und lerne deine Vergangenheit kennen und verstehen.

**„Es ist nie zu spät für eine glückliche Vergangenheit“  
(Hans Grünzig)**

Das Training lehrt Dich eine neue Sicht auf Geschehenes und Zukünftiges. Wenn du deine Zukunft auf diese Weise planst, bedeutet das nichts anderes, als das Wegräumen von hindernden Barrieren auf dem Weg ins Morgen.

Dinge die Du nicht zu träumen wagtest, rücken in greifbare und vor allem machbare Nähe.

Wir sehen uns als Coach und vor allem als Begleiter bei diesem Prozess

**Wir freuen uns auf Dich!**

Samstag ab 10:00 Uhr bis Sonntag ca. 14:00 Uhr  
Kosten: € 185.-/Person, Lebenspartner € 120.-, Wiederholer € 100.-

Termine: Siehe Internet

