

MEDITATION DAAD

Wann

Do, 13:15 - 14:00 Uhr
31. Okt. - 19. Dez. 2024
Fitnessraum DAAD

Invest

96 € für 8 Termine

Kursleitung

Anette Pilarz M.A., Inhab.
Starpilates & Staryoga

Rabatt

Du erhältst 16 € Rabatt,
wenn du bis einschließlich
19. September bezahlst.

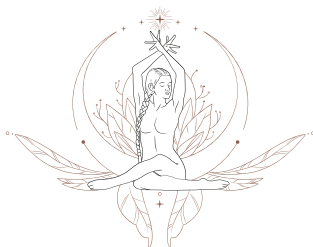
Von gestresst zu resilient mit Meditation & Mindfulness

Dies ist der Anfang eines Lebens, bei dem du ein mächtiges Tool an der Seite hast! Hunderte von Studien haben bewiesen, dass Meditation dein Wohlbefinden radikal verbessert, sowohl psychisch als auch physisch. In diesem Kurs erhältst du ein optimiertes Protokoll, das aus den effektivsten psycho-spirituellen Praktiken entwickelt ist. Du wirst tiefgreifende Veränderungen feststellen in der Art wie du denkst, dich fühlst und handelst.

Das wirst du erleben

- *Gesunden Umgang mit extremem Stress
- *Mehr Gelassenheit & Klarheit
- *Aufbau tiefer Verbundenheit mit deiner Intuition
- *Anziehung von Erfahrungen, die für dich bestimmt sind
- *Gesteigertes Selbstwertgefühl
- *Mehr Vertrauen
- *Ein stärkeres Immunsystem
- *Besseren Schlaf und schnelleres Einschlafen
- *Weniger Rücken- und Kopfschmerzen

Wir freuen uns auf dich!



JETZT ANMELDEN

☎ 0163-2678850 (Anette)

