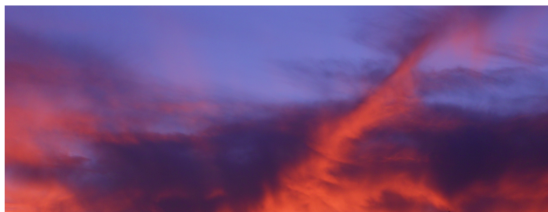


Kraftquellen nutzen

Elemente – Workshops

Verschiedene Lebens-Qualitäten erleben, stärken und integrieren.

Projekte von der Idee, zur Entscheidung und letztendlich zur konkreten Umsetzung bringen.



Mentale Techniken und die Kraft der Natur für Beruf und Alltag kennen- und umsetzen lernen.

Praxis für Ganzheitliches Wohlbefinden



Massage • Meditation • Mental Coaching • Kreativer Tanz • BME-Bewegung

Ingrid Dettling

Dipl. Mental Coach (mentalPower® Schweiz)

Dipl. Massage- und Tanzpädagogin

www.coaching-id.ch

COACHING-ID[®]
Body - Mind - Emotion

Eichwiesstr. 9, 8630 Rüti
mental@coaching-id.ch
Mobile +41 (0)79 209 57 28

Elementeworkshops:

Empfangen / Luft 21. / 22. Januar 2012

Es geht um die Kraft, Ideen und Visionen zuzulassen und zu entwickeln; um Leichtigkeit; Kommunikation und um mentale Stärke. Mit der Atmung lernen, den Verstand zu klären und hinderliche Gedanken loszulassen.

Entscheiden / Feuer 21. / 22. April 2012

Es geht um die Kraft der Initiative, der Entscheidung; der zielgerichteten Willenskraft; dem Willen zum Erfolg, um Macht, innere Begeisterung und persönliche Ausstrahlung. Das Element Feuer erleben und Lebensenergie aufbauen.

Geben / Wasser 30. Juni / 1. Juli 2012

Es geht um die Kraft der inneren Orientierung; darum eigene Gefühle zu erkennen und als Botschaften ernst zu nehmen; um Einfühlungsvermögen; darum den negativen Energien die Kraft zu nehmen und in den Lebensfluss zu kommen.

Halt(en) / Erde 22. / 23. September 2012

Es geht um die Kraft der Verwurzelung; um die Fähigkeit zu ordnen, zu strukturieren; Ideen praktisch umzusetzen. Mit einfachen Bewegungen den Körper in Balance bringen und das Element Erde als Kraftquelle nutzen lernen.

Ort: Bekanntgabe bei Anmeldung

Zeit: 1. Tag: 16.00 – ca. 21.30 Uhr
2. Tag: 09.00 – ca. 17.30 Uhr

Kosten: jeweils 320.- CHF
(exkl. Verpflegung, Übernachtung)
Ermässigungen für Gruppen bei gleichzeitiger Anmeldung
2 Teiln. 310.- CHF p.Pers; 3 Teiln. u. mehr 290.- CHF p.Pers



Anmeldung:

bis spätestens 6 Wochen vor Beginn des Workshops

Information und Anmeldung bei: Ingrid Dettling