

EnergieFLOW Retreat

Wie wäre es für dich, wenn Du einen ORT findest an dem Du Ruhe findest,
an dem Du Dich entspannen kannst,
gemeinsam zB. mit Freundinnen,
Techniken erlernen kannst, mit denen Du ein leichteres -
entstressstes Leben führst.

Genau dafür habe ich Diesen Ort in Wettin geschaffen.
Das restaurierte Haus am Fluss, Deine Oase für den Beginn
eines anderen Leben.

5 Tage RETREAT im Haus am Fluss in Wettin

Programm:

Tag 1

- Ankommen
- Kleine SeelenWanderung (13:00 -15:00 Uhr) zum
Kennenlernen und Ankommen
- Beginn um 16.00 - 18:00 Uhr (Im PraxisRaum Theorie und
Praxis für das Entstressungsprogramm)
- Freiraum

Tag 2

- Asanas am Fluss oder im Raum
- Körper/EnergieZeit 1-2 Personen - Freiraum
- Freiraum für Jeden
- 16:00 - 18:00 Uhr Kurs

Tag 3

Asanas am Fluss oder im Raum

Körper/EnergieZeit - Freiraum

Wanderung zur Himmelsleiter nach Dobis über den Lutherweg

Tag 4

Yoga um 9:00 als Einstieg

Freiraum oder etwas nach Absprache

16:00 - 18:00 Uhr Kurs

Tag 5

Asanas am Fluss oder im Raum

MitochondrienÜbungen (Einführung und Üben von Theorie und Praxis / Austausch)

Gemeinsames Mittagessen

Danach Abreise

ALLGEMEIN

Dieses Programm wird flexibel gestaltet und ist nur ein Leitfaden. Auch Wetterbedingt wird mal etwas verändert. Yoga nach dem Zeitfenster der Yogalehrerin.

Diese fünf Tage sind darauf ausgerichtet, dass du in Mindflow schnuppern kannst, dass Du Techniken und Theorie vertiefen wirst und das G4 Bewusstsein für Dich entdecken kannst.

Du wirst mit einem höheren Energielevel aus diesen 5 Tagen nach Hause gehen.

Du wirst weniger innere Blockaden haben und in Deinem Leben

könnten sich einige Dinge verändern.
Bist Du bereit oder möchtest Du, dass in Deinem Leben alles
so bleibt wie es ist.

Dieser Satz ist ein bisschen Provokativ, denn sicher liest Du
gerade dieses Programm, weil Du endlich es Leichter haben
möchtest!!!!

Wenn es so ist, dann rufe mich einfach mal an oder sende mir
eine E-Mail
kristina@meine-lebensbalance.de

01729876038

sei lieb gegrüsst und guten FLOW

Kristina