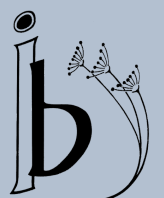


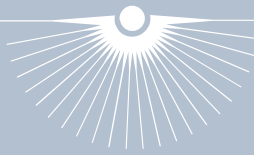
INNERE KRAFT UND AUSSTRAHLUNG - ZEIT FÜR VERÄNDERUNG

6 WOCHEN INTENSIV-PROGRAMM IN DER
KLEINGRUPPE AB DEM 30.10.22



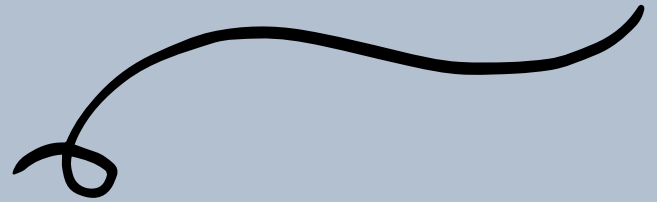
- Gewinne eine entspannte Körperhaltung für innere Kraft, Leichtigkeit und Ausdruck.
- Entwickle deine Vision und Ziele, integriere sie in den Alltag.
- Lass mit Cantienica®, Yoga, Meditation und anderen Tools deine Seele wachsen und erhalte ein neues Körpergefühl.





Erkennst du dich wieder?

- Du bist mit deiner Körperhaltung unzufrieden, hast Verspannungen und Schmerzen im Alltag.
- Du wünschst dir Veränderungen und du kommst nicht in die Umsetzung.
- Du fühlst dich überfordert und glaubst, etwas Besonderes leisten zu müssen, um gesehen zu werden.
- Du glaubst, dass deine sensible und zarte Seite dir im Alltag im Weg steht.



Mein Angebot für dich!

- Im Einzelcoaching lernst du deine Körperhaltung besser kennen und entwickelst ein Wunschbild von dir selbst.
- Durch Cantienica und Yoga festigst du deine neue Haltung, welche dich aufrichtet und deine Verspannungen löst.
- Durch gemeinsame Morgenroutinen und Gruppencoachings fokussierst du dich und realisierst deine Ziele.
- Durch die Meditationspraxis lernst du deine Gedankenwelt kennen und sie so zu verändern, dass du immer mehr das in dein Leben ziehst, was du dir wirklich wünschst.

Inhalte: ein Tagesworkshop, 9 gemeinsame Morgenroutinen, 6 Kleingruppencoachings, 2 Einzelsitzungen, Teilnahme am Trainingsangebot, so oft du magst. Teilnahme online und vor Ort möglich (Gesamtwert von 590,-€)



Ich freue mich auf dich!

6-Wochenprogramm für 490,-€,
Frühbucherrabatt 450,-€ bis 12.10.22
Starttermin am 30.10.22

weitere Infos unter www.imke-bona.de oder 0160-97464948

