



Mental aktiv

„Wie Sie über sich selbst hinauswachsen“

In einer Zeit, die noch nie so frei und voller Möglichkeiten war wie die heutige, ist ein guter Mentalzustand die Voraussetzung dafür, erfolgreich zu sein und ein erfülltes Leben zu führen.

Sie nehmen aus diesem Workshop viele Impulse mit, die Ihnen zeigen, wie Sie neue Perspektiven gewinnen und Ihre Potenziale aktivieren.

„Im Rhythmus des Lebens – Was wirklich zählt!“

Zweiter Workshop aus der 6-teiligen Workshop-Reihe in Stainz.

Die Vielzahl uns zugänglicher Medien ermöglicht uns, ständig „online“ zu sein. - **Abschalten zu können** fällt schwer - Auch bestimmen Doppelt- und Mehrfachbelastungen unseren Lebensrhythmus, sodass wenig Zeit bleibt, sich dem zu widmen, **was wirklich wichtig ist**. Überreizung und Überforderung sind daher sehr oft die Folge. Dieser Mental-Workshop zeigt Ihnen **andere Sichtweisen und Möglichkeiten**, wie Sie Ihre **LebenZeit aktiv gestalten** können. - Für die Verwirklichung Ihrer Lebensziele - Für mehr Lebensenergie.

Inhalte:

- Im Einklang mit dem natürlichen Lebensrhythmus
- Faktor Zeit – Einfluss und Auswirkung
- wo stehe ich und was trägt mich
- eigene Stärken erkennen
- Lebensziele planen
- der Atem – unsere vitalste Kraft

Zeit: 4. Mai 2017 - 17:45 – 20:45

Kosten: € 45

Ort: 8510 Stainz, Hauptplatz 9 – 1. Stock; Lebenswerkstätten Stainz

Kontakt / Anmeldung: www.die.coach

Sylvia Fauland, MSc – Mentalcoach – 0664 531 588 3

