

Fantasiereisen

Das Ziel von Fantasiereisen:

- ~ Der Enge der eigenen Grenzen zu entfliehen.
- ~ Gelassenheit und Ruhe lernen und in den Alltag zu integrieren.
- ~ Fantasiereisen sollen jedem ein Gefühl von Erholung und einer tiefen Entspannung geben.
- ~ Der Körper lernt, sich schnell und optimal in einen Ruhezustand zu versetzen.
- ~ Die Gedankenwelt gezielt abschalten und innerlich in Balance kommen.
- ~ Bei Krankheit, die eigenen Selbstheilungskräfte aktivieren und aktiv zu unterstützen.

Welche Impulse werde ich mit einfließen lassen:

- ~ Tiefenentspannung, Wünsche und Träume, Normen und Werte, Kreativität, Toleranz, Vertrauen in die Zukunft, Hoffnung, Selbstbewusstsein, Mut, Selbstvertrauen und Selbstwert, Steigerung der Konzentration, Abenteuer, Offenheit, Motivation, Selbstbild, Verhaltensmuster, Ruhe und inneren Frieden finden, Spaß und Freude.

Prävention:

Fantasiereisen beugen gegen innere Unruhe, Angst, Panik, Depressionen und seelische Erschöpfung vor.

Veranstaltungsort:

Jeden Montag ab 18.30 Uhr in der Friedenstraße 30 in 77746 Schutterwald, **ca. 1,5 Std.**

Nähere Info: Tel: 0781/2037510

Wenn Sie den Zugang zu Sich Selbst finden wollen, dann kommen Sie einfach mal vorbei !!

Kosten:

7 Euro pro Abend. Voranmeldung nötig !

Mit freundlichen Grüßen
Christian Letnar