

1.
DEINE
STÄRKEN



Was ist mit deinen guten, besten Seiten? Hast du Sie noch im Sinn? Der Workshop gibt dir die Gelegenheit die Kraft deiner Stärken zu spüren.

2.
MOTIVATION



Was bewegt dich in guten Zeiten und in schlechten Zeiten, was ist dir im Leben wichtig. Was bringt dich dazu auf etwas zuzugehen. Das sind die Fragen, die in diesem Workshop bewegt werden.

3.
DIE
WURZELN



Woher kommt diese Kraft und wo ist sie verankert. Vielleicht verblasst und etwas verkannt, kann der Workshop sie wieder ans Tageslicht bringen

4.
DEINE
VISION



Träume sind Schäume? Was du schon immer einmal tun wolltest. Darin darfst du in diesem Workshop ohne Wenn und Aber schwelgen und deine Vision entfalten.

5.
SELBST-
FREUND-
SCHAFT



Wenn deine inneren kritischen Stimmen öfter zu laut werden, du dich vielleicht in Vergleichen mit anderen verlierst, gibt dir Selbstmitgefühl ein wenig mehr Entspannung und Leichtigkeit.

6.
EMOTIONEN



Ob Freude, Ärger, Wut, Liebe und die vielen anderen Gefühle, deine Emotionen sind ständige Begleiter deines Lebens. In dem Workshop bekommen sie ein Gesicht, für einen bewussteren Umgang mit ihnen.

7.
COURAGE



Dein Mut zur Standhaftigkeit oder die Courage, bestimmte, eingeschiffene Verhaltensweisen einmal sein zu lassen. Mit diesem Workshop kannst du deinem Mut einen ständigen Platz geben.

ALLES WAS DU WISSEN MUSST:

Die **2-stündigen** Impulsworkshops zu den **7 Themen** finden als Abendtermine von **19-21h** in meinen Räumen in der **Glashüttenstraße 8, 20357 Hamburg (Karlinenviertel)** statt. Mit wenigen Ausnahmen am **Dienstag oder Mittwoch**. (siehe KalenderPDF).

Wie die meisten von euch wissen, arbeite ich mit kreativen, gestalterischen Methoden, Imaginationen, Elementen der Achtsamkeitspraxis und schaue darauf, dass die Emotionen und Körperwahrnehmungen auch eine Rolle spielen. **IM BESTEN SINNE 'GANZHEITLICH'**.

KOSTEN UND RAHMENBEDINGUNGEN:

Der Wert für die Workshops beträgt pro Person **45.- Euro inklusive Malmaterial**.

Wenn ihr euch 3 Themen auserkoren habt, dann bekommt ihr das **3erPaket für 125.- Euro**.

Die Anmeldung, bis 3 Tage vor Workshopbeginn ist verbindlich, sobald ich den Termin und die Anmeldung bestätigt habe. Ihr erhaltet dann meine Bankverbindung für die Überweisung des Betrages vorab.

Bei sehr kurzfristigen Anmeldungen ist auch Barzahlung vor Ort möglich. **Wenn du deinen Termin aus unterschiedlichen Gründen nicht wahrnehmen kannst, gilt eine Frist von 48 Stunden. Dann ist deine Abmeldung noch kostenfrei möglich. Danach leider nicht mehr.**