



Masterclass 2024 Gib deinem Leben eine neue Richtung und „Entfalte Deine Kraft“

ENTFALTE DEINE KRAFT. ENTDECKE DAS GEHEIMNIS VON INNERER STÄRKE UND ERFOLG.

Gemeinsam in der Gruppe von max. 12-15 Personen trainierst du über ein ganzes Jahr hinweg gezielt deine innere Stärke.

In 4 Modulen entwickelst und vertieftst du alle jene Fähigkeiten und Kompetenzen, die du brauchst um kraftvoll und voller Selbstvertrauen durchs Leben zu gehen. Wir arbeiten sehr praxisnah mit einer Vielzahl von Übungen und Beispielen aus deinem täglichen Leben. Ihr tauscht euch aus, lernt voneinander und bildet ein starkes Netzwerk, dass dich trägt und stützt.

1. Modul **17.11. - 19.11.2023**
2. Modul **16.02. - 18.02.2024**
3. Modul **24.05. - 26.05.2024**
4. Modul **13.09. - 15.09.2024**

Infoabend am **17.03.2023** um **18.00 Uhr** (ca. 2 Stunden) im Yoga-Zentrum Bad Bramstedt.
Weitere Termine unter www.ENTFALTEdeineKRAFT.com

Veranstaltungsort

YogaZentrum

www.yoga-der-achtsamkeit.de

Preis pro Modul:

499,00 EUR

zzgl. MwSt,

Unterkunft und

Verpflegung

- Ratenzahlung möglich -

Ergänzendes Einzelcoaching
optional buchbar

Veranstalter:

Thomas Ammon

Experte für das Fallen nach Oben

Britta Panknin-Ammon
Yoga der Achtsamkeit

Oskar-Alexander-Straße 12
24576 Bad Bramstedt

Telefon: 0170-9688180

Email: contact@ENTFALTEdeineKRAFT.com

Masterclass 2024 Module 1-4

1. Modul **17.11. - 19.11.2023**

Wie wir werden, wer wir sind und wer wir sein könnten. Tanze den Tanz des Lebens nach einer Choreographie, die du selbst geschrieben hast.

Du lernst:

- Wie wir zu dem werden, wer wir sind – Wie Gewohnheiten entstehen und wie wir danach leben.
- Wie du dich von deinen alten, hindernden Überzeugungen löst.
- Du spürst und erlebst wie deine Potenziale und Talente zur Entfaltung kommen und kraftvoll durch das Leben gehst.

2. Modul **16.02. - 18.02.2024**

Selbstwirksamkeit – Wer an sich glaubt kommt besser durchs Leben. Sag „Ja“ zum Leben.

Du lernst:

- Du bist die wichtigste Person in deinem Leben – Wie du ein tiefes Vertrauen zu dir selbst entwickelst.
- Im Glauben an die eigene innere Stärke selbstbewusst durchs Leben gehen – Erlebe wie eine authentische und positive Lebenseinstellung dein Leben nachhaltig verändern kann.

3. Modul **24.05. - 26.05.2024**

Energy flows where attention goes – Energie folgt der Aufmerksamkeit. Wir erleben das, worauf wir uns konzentrieren.

Du lernst:

- Wie du mit, statt gegen das Leben lebst. – Die Kraft der Akzeptanz.
- Die Dinge so zu sehen, dass sie dich stärken und deine Potenziale sich entfalten können.
- Wie sich die Kraft der Achtsamkeit in deinem Leben entfaltet und du gezielt den Fokus auf das richtest, was dir Kraft verleiht.

4. Modul **13.09. - 15.09.2024**

Willst du normal sein oder glücklich – mit voller Kraft voraus – durchs Leben gehen?

Du lernst:

- Wie du vom Wollen zum Tun kommst und wie dir dies auch wirklich gelingt.
- Wie du dir eine Umgebung aufbaust, die dich stark macht und unterstützt.
- Wie du beseelt und selbstbestimmt deinen eigenen Weg gehst.

Infoabend am **17.02.2023** um **19.00 Uhr**
im Yogazentrum Bad Bramstedt.

Weitere Termine unter www.ENTFALTEdeineKRAFT.com



Entfalte Deine Kraft
Achte Deine Stärke