

IHR FLOW Barometer- auf den Spuren Ihrer optimalen Lebens-Balance



Fühlen, Wollen und Denken müssen auf einander abgestimmt sein, um in den persönlichen Flow zu kommen. Die Dinge gehen uns mühelos von der Hand, wir setzen unsere Fähigkeiten optimal ein und haben genug Kraft um unsere Ziele zu erreichen. Unsere Vorhaben werden real und den Anforderungen des Lebens begegnen wir mit Gelassenheit. **Machen Sie den ersten Schritt** und verlassen Sie in diesem Seminar Ihre Alltagsroutine. **Ich unterstütze Sie gerne dabei!** Entdecken Sie mit mir gemeinsam faszinierende neue Seiten an sich und Ihrem Leben!

Als Mentaltrainerin und Humanenergetikerin begleite ich Sie auf Ihrem Weg zu Neuem und freue mich auf Ihr Kommen.

Inhalt:

- Was sind Themen im körperlichen, mentalen und energetischen Bereich, die uns hindern in den Flow zu gelangen
- Wie erreiche ich die Balance zwischen **Anspannung** und **Entspannung**
- Der Balanceakt zwischen **Möglichkeiten** und **Ansprüchen**

Ort der Veranstaltung: **rebrain**, 1220 Wien, Wagramer Straße 60

Trainerin: Renate Debit

Mindestteilnehmeranzahl: 5 Personen