



Workshop- Ablauf

Einlass ist ab 9:15h! (Begrüßung mit Kaffee/Tee)

Start: Wir starten pünktlich um 10:00h

Mittagspause: Wir gönnen uns 1,5 Std. Mittagspause.

Hierbei wird auch ein kleiner Spaziergang angeboten.- je nach Wunsch

Nachmittagspause: Obst und Kaffee/Tee (ca. 20 Min. je nach Bedarf)

Erfahrungs-austausch: Drei Erfahrungen wirst Du dabei mitnehmen.

Stressabbau

Ein Gefühl des Miteinanders

Freiheits-Momente (Nein-Sagen ist erwünscht!!!)

Schluss ist um 18h! (danach Verabschiedung/ Kontaktaustausch)

Kleidung:

Bitte bequeme Kleidung tragen!- nichts was einengt oder einschnürt.

Wir werden ohne Schuhe im Raum arbeiten.

(Wenn Du Deine eigenen Hausschuhe/ Sitzkissen mitbringen möchtest, kannst Du das gerne tun.)

Es gibt herkömmliche Sessel vor Ort.

Falls noch Fragen auftauchen, melde Dich ruhig bei mir. (ganz unverbindlich)

Freue mich auf Dein Mitwirken,

alles Liebe,

Maria

Maria Sperl

Energie-Bewusstseins-Trainerin

Jaschkag.9, 1230 Wien

Mobil: 0664/ 55 10 681

www.unser-bewusstsein.at , e-mail: maria.sperl@unser-bewusstsein.at

Copyright auf alle Texte