

# Selbsthypnose 1 - Metaphysische Entspannung

8 Termine, ab Donnerstag, 15. Feb 2024, 16:30 - 17:30 Uhr

Manchmal kann das moderne Leben eine Art Achterbahnfahrt sein, in welcher Arbeit, Familie und soziale Verpflichtungen um unsere Aufmerksamkeit wetteifern. Umso wichtiger ist es eine gute Balance zu finden und die Resilienz zu stärken. Durch die Ausübung der Selbsthypnose kannst du eine ganz neue Ebene des inneren Friedens und der Ruhe erreichen. Darüber hinaus gewinnst du geistige, emotionale und körperliche Stärke um jede Herausforderung zu meistern die sich dir stellt!

- zur Stärkung deiner Selbstheilungskräfte
- Reduzierung von Schmerzen
- bei Anspannung und Stress
- zur Beruhigung des vegetatives Nervensystems
- erholsamer Schlaf
- bessere Konzentration
- mehr Selbstsicherheit
- leichter lernen



Mag. Sigrid Kager



Andreas Kager

**Anmeldung:** (bis 12.02.2024) **Preis:**

Mag. Sigrid Kager  
office@innere-kraftquelle.at  
0680 / 32 88 440  
www.eisenbergerhof.at

€ 270,-



Begegnung & Gesundheit  
Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen

