

update für dein Leben

RAUS AUS DEM ALLTAGSTROTT

Seminartag mit
Cornelia Sandra Meyer + Dorothea Schneuwly

SAMSTAG, 21. Januar 2023 - 9.00 - 16.00 UHR

In diesem Seminar geht es um den wichtigsten Menschen in deinem Leben. **Das bist DU!**

Bist du ständig auf Achse und fühlst dich gestresst?

Hast du die Nase und den Kopf voll?

Sehnst du dich nach ruhigen Momenten, in denen du abschalten kannst?

Dann ist dieses Seminar genau das richtige für dich. Du wirst erfahren:

- weshalb du dein Leben so lebst, wie du es aktuell tust
- weshalb es dir bisher noch nicht gelungen ist, aus dem Alltagstrott auszubrechen
- wie du es schaffen kannst, Undienliches loszulassen
- warum du selbst der wichtigste Mensch in deinem Leben bist

In diesem Seminar lernst du, dein Leben neu auszurichten. Du wirst wissen, was du tun kannst, um deine Ziele zu erreichen. Dir wird klar sein, wie du dein Leben neu gestalten kannst, so dass sich mehr Zufriedenheit und Wohlbefinden breit machen darf. Dadurch wirst du immer mehr Freude und Gelassenheit erfahren und dich lebendiger fühlen.

Sei dabei und setze jetzt den Grundstein für deine wundervolle und grossartige Zukunft.

Kurskosten: CHF 187 - **Buchungen bis 31. Dezember 2022 CHF 147**

Inkl. Skript, Getränke und Pausenverpflegung - Mittagessen 1 h individuell

Seminarleitung + Lifecoachs: Cornelia Sandra Meyer + Dorothea Schneuwly (www.sanflow.ch)

Anmeldung: info@bodymind-center.ch

Im Body & Mind Center, Küngoltstrasse 14, 4500 Solothurn - www.bodymind-center.ch