
Herz-Kristall-Meditation

mit Elke Peter

Die Grundlage und Voraussetzung jeder Reinigung, Klärung und Heilung des Körpers liegt der Öffnung des Herzens.

Es werden 3 Meditationen durchgeführt; Öffne Dein Herz, Staffel-Meditation zum Herz-Kristall-Atem und Herz-Kristall-Atem.

Abendworkshop:

Mi. 16. Juni 2010, 19 – 20.30 Uhr, 20 €

Entspannen und das Leben genießen

mit Elke Peter

Das Ziel des Entspannungs-Workshops ist es, Ihnen dabei zu helfen, mehr Entspannung und Lebensfreude zu erleben.

In unserem Inneren wissen wir, was wir brauchen und was für uns am besten ist.

Leider ist unser Inneres häufig durch all den Stress und die Hektik verdeckt. Im entspannten Zustand können wir leichter in Kontakt mit unserem inneren Wissen und unseren inneren Kräften kommen. Wenn wir entspannt sind, können wir auch die Schönheit und den Sinn des Lebens besser erkennen und vor allem besser genießen.

Dieser Workshop zeigt Ihnen, wie Sie in Ihre Entspannung kommen durch

Entspannungsübungen, Meditationen und Atemtechniken.

Workshop:

Sa., 19.06 2010 – 14 bis 19 Uhr – Preis 65 €

Wie Sie wirklich satt werden mit zellulärer Sättigung

mit Frank Sagehorn

Schluss mit dem Diätenwahn. Für alle, die auch – aber nicht **nur** – abnehmen wollen. Wohlfühlpfunde und -Kilos einmal anders betrachtet.

Hier erfahren Sie interessantes über die Säulen der gesunden Ernährung.

Vortrag:

Do. 24. Juni 2010, 19-20.30 Uhr, 15 €

Alle Anmeldung unter

www.geo-balance-design.de oder

06181-253315

Endlich glücklich – Lassen Sie es wahr werden!

mit Elke Peter

Wer sehnt sich nicht danach, glücklich und zufrieden zu sein? Sicher, Höhen und Tiefen gehören zu unserem Leben dazu.

Aber es sind all die kleinen und großen Glücksgefühle sowie die Fähigkeit Zufriedenheit ganz bewusst zu erleben, was unsere "Lebensqualität" ausmacht und uns einfach gut tut.

Glücklich kann uns so vieles machen! Wir müssen es uns einfach nur einmal klar machen, denn viele Glücksanlässe werden einfach von uns übersehen.

Viele Menschen sind zu Glückssuchern geworden. Ständig auf der Suche nach dem Geheimnis der Zufriedenheit. Dabei ist es so einfach!

Dieser Workshop zeigt Ihnen, wie Sie glücklich werden können durch spezielle Übungen, Meditationen und Affirmationen.

Workshop:

Sa., 26.06 2010 – 14 bis 19 Uhr – Preis 65 €

Kontakt:

Institut für ganzheitliches Wohlbefinden

geo-balance-design Ltd. & Co. KG

Ansprechpartner: Elke Peter

Bahnhofstr.150, 63477 Maintal-Hochstadt

Telefon: 06181-253315

info@geo-balance-design.de

www.geo-balance-design.de

Hinweise:

Bitte bei allen Veranstaltungen um Anmeldung, da nur begrenzte Teilnehmerzahl möglich ist.

Alle Veranstaltungen finden, soweit nichts anderes angegeben wurde, **im Seminarraum des Instituts für ganzheitliches Wohlbefinden** statt. Schauen Sie auf unsere Internetseite für weitere Einzelheiten und für zusätzliche Termine und Informationen.

Einzeltermine nach Vereinbarung möglich unter 06181-253315.

Institut für



Wohlbefinden

Programm
Mai/Juni 2010

Programm

Mai 2010

Vergeben und Loslassen - Raum für Veränderungen schaffen

mit Elke Peter

Sobald wir in der Lage sind zu vergeben, haben wir den wichtigsten Schritt unseres Lebens begonnen – das LOSLASSEN.

Vergebung ist der einzige Weg, um unsere Verletzungen zu heilen.

Vergebung bedeutet, uns selbst etwas Gutes zu tun. Die Einzigen, die unter dem NICHT-VERGEBEN leiden, sind wir selbst. Wenn wir anderen und uns selbst nicht vergeben, haben wir auch ein Problem mit dem NICHT-LOSLASSEN können.

Dieser Workshop zeigt Ihnen, wie Sie Ihr Leben verändern können durch spezielle Übungen, Meditationen und Affirmationen.

Workshop:

Sa.08. Mai 2010 – 14 bis 19 Uhr – Preis 65 €

Positives Denken – aber richtig!

mit Elke Peter

Anleitung und Erweiterung zum positiven Denken, um die Wünsche, Sehnsüchte und Ziele zu erreichen.

Einfach positiv denken und das Leben wird um ein vielfaches leichter.

Optimisten können mit allen Lebenslagen besser umgehen.

Arbeitskreis (1 x im Monat)

Mo. 10. Mai 2010, 19 – 20.30 Uhr, 20 €

Wie Sie wirklich satt werden mit zellulärer Sättigung

mit Frank Sagehorn

Schluss mit dem Diätenwahn. Für alle, die auch – aber nicht **nur** – abnehmen wollen. Wohlfühlpfunde und -Kilos einmal anders betrachtet.

Hier erfahren Sie Interessantes über die Säulen der gesunden Ernährung.

Vortrag:

Di. 11. Mai 2010, 19-20.30 Uhr, 15 €

Herz-Kristall-Meditation

mit Elke Peter

Die Grundlage und Voraussetzung jeder Reinigung, Klärung und Heilung des Körpers liegt in der Öffnung des Herzens.

Es werden 3 Meditationen durchgeführt; Öffne Dein Herz, Staffel-Meditation zum Herz-Kristall-Atem und Herz-Kristall-Atem.

Abendworkshop:

Mi. 19. Mai 2010, 19 – 20.30 Uhr, 20 €

Die besten Tipps aus der Naturapotheke

mit Frank Sagehorn

Lieber gesund und reich, als reich und krank. Lasst die Natur Eure Medizin und die Medizin Eure Natur sein. Der große und kleine Ratgeber bei organischen Beschwerden. Schnelle, praktische Hilfe bei akuten, gesundheitlichen Problemen.

Vortrag:

Do. 27. Mai 2010, 19 – 20.30 Uhr, 15 €

Mut zur Veränderung – JETZT – Das Drehbuch Ihres Lebens ändern

mit Elke Peter

Das Leben ist ständig im Wandel. Manchmal werden wir sogar gezwungen, etwas zu verändern.

Die einzige Konstante ist die Veränderung. Deswegen müssen wir lernen, damit umzugehen. Bevor wir etwas Neues beginnen können, müssen wir zuerst etwas Altes, Vertrautes gehen lassen. Deshalb liegt vor jedem Neubeginn ein Abschied.

Wir müssen nur den Mut haben, jede Veränderung freudig anzunehmen.

Schmerzhaftes Gefühle sind Vergangenheit und haben keinen Platz mehr in unserem tollen, neuen Drehbuch des Lebens.

Dieser Workshop zeigt Ihnen, wie Sie Ihr Leben verändern können durch spez. Übungen, Meditationen und Affirmationen.

Workshop:

Sa.29. Mai 2010 – 14 bis 19 Uhr – Preis 65 €

Alle Termine nur mit Anmeldung, max. 20 Teilnehmer

Juni 2010

Nie mehr schlecht drauf mit dem Wohlfühlhormon Serotonin

mit Frank Sagehorn

Der perfekte Start ins tägliche Wohlbefinden. Die körpereigene Synthese des Wohlfühlhormons Serotonin. Mit 7 € in der Woche mehr Lebensqualität erreichen und glücklicher sein.

Vortrag:

Di, 08. Juni 2010, 19 – 20.30 Uhr, 15 €

Meditationsworkshop – auch für Anfänger

mit Elke Peter

Für alle, die gerne mehr als nur eine Meditation kennenlernen möchten.

Dieser Workshop ist ein wunderbarer Einstieg und ebenso eine gute Vertiefung in die Meditationstechniken.

Es gibt verschiedene Menschen und ebenso gibt es verschiedene Meditationen. Jeder findet die richtigen Meditationen, die zu ihm passen.

Der Workshop bietet Ihnen die Möglichkeit, verschiedene Meditationen kennenzulernen und ist gleichzeitig eine gute Übung, um öfter zu meditieren.

Inhalt: Einstiegsmeditation mit Erläuterung, Der Baum des Selbstvertrauens-Meditation, Klangschalen-Meditation, Herzmeditation, und Anleitung für Kurzmeditationen.

Workshop:

Sa., 12.06 2010 – 14 bis 19 Uhr – Preis 65 €

Positives Denken – aber richtig!

mit Elke Peter

Anleitung und Erweiterung zum positiven Denken, um die Wünsche, Sehnsüchte und Ziele zu erreichen.

Einfach positiv denken und das Leben wird um ein vielfaches leichter.

Optimisten können mit allen Lebenslagen besser umgehen.

Arbeitskreis: (1 x im Monat)

Mo. 14. Juni 2010, 19 – 20.30 Uhr, 20 €