

ILSE GRABNER

KARL EDY

SHAKE & MEDITATE



19. November 2017



Messearena Klagenfurt

anlässlich der Gesund leben Messe, 17.-19. November 2017

www.karledy.at

www.motivationday.info

TRAINER



Karl Edy, MSc
Mentaltrainer,
Psychosozialer Berater
www.karledy.at



Ilse Grabner
Mentaltrainerin,
Keynote speakerin
www.motivationday.info

ORGANISATION UND INFORMATION

Ilse Grabner
Telefon: +43 664 218 88 44
E-Mail:
grabner@motivationday.at


TICKETS

Ö-Tickets erhältlich auf
www.karledy.at
www.motivationday.info

SHAKE & MEDITATE



PROGRAMM

- Shake2relax - Bewegungs-Meditation
- Energetisierende Atem-Meditation
- Klangbad (Gong und O-Tonmusik)
- Erfahrung am Nullpunkt
Meditation mit Neurotechnik 

NUTZEN UND WIRKUNG

- Auflösung von Blockaden und Ängsten
- Tiefe Entspannung
- Befreiung von seelischen Lasten
- Klarheit des Geistes
- Intensive Bewusstseinerfahrungen
- Leichtigkeit und Zuversicht

VORAUSSETZUNGEN

- Physische und psychische Gesundheit
- Wille zur persönlichen Weiterentwicklung
- Mut, eigene Grenzen zu überschreiten
- Keine Vorkenntnisse notwendig

BITTE MITBRINGEN

- Wasserflasche
- Handtuch
- Matte
- evtl. T-Shirt zum Wechseln

TERMIN/PREIS

- 19. November 2017
- 11:00-13:00 Uhr
- Package Messeeintritt Gesundheitsmesse und Shake & Meditate EUR 20

SEMINARORT

Die Kärntner Messen - Messearena
Messeplatz 1, 9021 Klagenfurt
www.kaerntnermessen.at

Kostenpflichtige Parkplätze sind am Gelände vorhanden.