

TRAINER



Ilse Grabner

Mentaltrainerin,
Entspannungstrainerin
Feuerlauf-Trainerin

Genieße ein Wochenende voller Entspannung. Lass' dich auf Neues ein, staune, was du über dich selbst herausfinden wirst. Und fahre dann wieder gestärkt, gewandelt, erfrischt, gereinigt und voller Energie nach Hause.

Und dein Leben wird ein anderes sein...

HEPI LODGE INFOS UND BUCHUNG:

Obergail 10, 9653 Liesing
Tel.: +43 699 17220374
www.hepimotion.at

ANMELDUNG UND INFORMATION RETREAT


school of motivation
& happiness

Telefon: +43 664 218 88 44
grabner@motivationday.at
www.motivationday.info

EIN NEUES ICH

RETREAT

PROGRAMM

- Klangbad (Gongs und O-Ton Musik)
- Chakrenöffnung und -reinigung
- Erdungsübung
- Herzfühlung/Herzintegration
- Energetisierende, dynamische Atemmeditation (Quantum Light Breath)
- Shake to relax – Aktive Bewegungsmeditation
- Trance-Dancing
- Meditationen mit Neurotechnik 
- Stärkung Selbstbewusstsein, Mut
- Destruktive Glaubensmuster umwandeln
- Wunsch-Manifestations-Feuer Ritual
- Moving Mountains – meditatives Wandern
- Der Weg der Achtsamkeit
- Yoga-Nidra Meditation – völlige Entspannung

NUTZEN UND WIRKUNG

- Tiefe Entspannung
- Befreiung von seelischen Lasten
- Blockaden und Ängste auflösen
- Selbstsicherheit, Selbstwertgefühl erlangen
- Klarheit des Geistes
- Intensive Bewusstseinsenerfahrungen
- Leichtigkeit und Zuversicht

VORAUSSETZUNGEN

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

PREIS

- Seminarpreis EUR 250

ZEITEN

- FR 18:00 – 21:30 Uhr • SA 10:00 – 20:00 Uhr
- SO 09:00 – 15:00 Uhr



MEDITATIONS RETREAT

EIN NEUES ICH



3.-5. November 2017

HEPILODGE LESACHTAL

www.motivationday.info