

Mentaltraining – mit Inneren Helfern an die Quellen Ihres Potenzials



Manuel Breuer

Seminar:

Mentaltraining

Seminarleiter:

Manuel Breuer

Termin:

26.09.2010

10.12.2010

Seminargebühr:

€ 250,00 zzgl. MwSt.

Seminarpauschale:

inklusive (Kaffeepausen,
Tagungsgetränke, Mittagessen)

Tagungsort:

essentis bio-seminarhotel, Weiskopffstraße 16/17, 12459 Berlin

Anmeldeschluss:

10.09.2010

26.11.2010

1-Tages-Seminar

Das Mentaltraining mit Inneren Helfern richtet sich an Menschen, die regelmäßig mentale und/oder kreative Höchstleistungen erbringen möchten. Es wirkt in den Tiefen des Unterbewusstseins und ermöglicht einen Zugang zu essenziellen, meist nur verborgenen Kraft- und Wissensressourcen, die sich in Form von Krafttieren und anderen Inneren Helfern zeigen können.

Inhalte

- Was sind Innere Helfer?
- wie innere Bilder unser Handeln verändern können
- wissenschaftliche Erklärungsansätze
- Entspannung, Zentrierung, Körperwahrnehmung
- Traumreisen zum Inneren Helfer (z.B. Krafttier)
- Übersetzung der Erfahrungen in den Alltag
- Übungen für Zuhause

Ziel

Sie erlernen eine Methode, einen für Ihre derzeitige Situation wichtigen Helfer zu finden und mit ihm oder ihr zu kommunizieren. Dadurch erhalten Sie die Möglichkeit, eine tiefe persönliche Ebene der Betrachtung, Analyse und Lösung aktueller Fragen und Herausforderungen zu erschließen und in ihr Leben zu integrieren.

Benefit/Nutzen

Durch die Arbeit mit Inneren Helfern steigern Sie Ihre mentale und körperliche Leistungsfähigkeit und können behindernde Muster und Blockaden auflösen. Eine neue Vision für Beruf und Privatleben wird möglich. Diese besondere Form des Mentaltrainings unterstützt das Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist, erweitert das (Selbst-) Bewusstsein und stärkt die Selbstheilungskräfte.