



Erlebnisseminar: Innere Haltung und Fokus

mit Karl-Heinz Köpf

Am 16. Juli 2022 in München

Seminarinhalte:

- Umgang mit herausfordernden Situationen
- Selbstbestimmung vs. Fremdbestimmung
- Dich spüren und wohlfühlen unabhängig vom Außen
- Bewusstes Lenken deiner Aufmerksamkeit und Energie
- Entspannung und Selbstregulation
- Bei Dir ankommen und Deine Kraft, Leichtigkeit und Freude spüren
- Verfeinerung der Wahrnehmungsfähigkeit

Bei den vermittelten Prinzipien handelt es sich um universelle Prinzipien, die in allen Bereichen des Lebens (Arbeit / Familie / Partnerschaft / Erziehung / Sport) wirken und Anwendung finden.

Mit Hilfe von Körper- und Wahrnehmungsübungen kannst du die Inhalte direkt erfahren und deren Wirksamkeit erleben.

In lockerer Atmosphäre hast du die Gelegenheit, mit deinen innewohnenden Fähigkeiten spielerisch zu experimentieren und mit ihnen vertraut zu werden.

Wenn du Lust hast..... freue ich mich, dich auf dieser Entdeckungsreise zu begleiten.

Herzlichst Karl-Heinz

Termin

16. Juli 2022
10:00 – 18:00 Uhr

Ausgleich

160 Euro

Seminarort

Labegu - Laden der Begegnung
Königswieser Straße 5
81475 München

Mitzubringen

Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, evtl. Sitzkissen

Organisation und Anmeldung

Labegu – Laden der Begegnung
Waltraud Fichtner
Tel.: +49 (0) 89-693 357 60
info@labegu.com
www.labegu.com

Seminarleitung:

Karl-Heinz Köpf

Seminarleiter / Trainer
Heilpraktiker
Dipl. Wirtschaftsingenieur

**Informationen zu weiteren
Seminaren und Angeboten unter:
www.karl-heinz-koepf.de**