

## Informationen zu der Entspannungsreise inkl. Live-Klavierspiel



Man spricht heute gerne von Mini- oder gar Mikroauszeiten. Einfach mal einen „Cut“ machen und durchatmen. Zur Ruhe kommen und gleichzeitig einen Energieimpuls erhalten. Achtsamkeitserfahrung wirkt wie ein Katalysator, der innere Blockaden und Gedankenkreise auflösen kann. Unser Geist wird klar, unsere Emotionen kommen ins Gleichgewicht und der Weg wird geebnet, um vom reinen Funktionieren zum wirklichen Sein zurück zu finden. Sinn statt Zweck, Glück statt Pflicht, Freiheit statt Zwang. Auch Schlafqualität kann übrigens verbessert werden. In meiner, individuell abgestimmten Entspannungsreise inkl. Live-Klavierspiel, unterstütze ich Sie u.a. bei anstehenden, wichtigen Entscheidungen und generell auf Ihrem Weg zu innerem Gleichgewicht. Impulse zur emotionalen Harmonisierung und Resilienz, sowie die intensive Entspannung auf einer tieferen Bewusstseinssebene stärken Ihre Regulationsfähigkeit und damit Ihre psychische und körperliche Immunität.

### Hypnotische Tiefenentspannung kann u.a. hilfreich sein bei:

- Schmerzen
- Entscheidungsfindung
- Stress
- Linderung von Allergien
- Autoimmunerkrankungen
- Ängsten
- Zwangsstörungen / z.B. auch Trichotillomanie
- Innerer Unruhe
- Panikattacken
- Ausheilung von Infektionen
- Verbesserung von Blutwerten
- Höhenangst
- und vielem mehr...

Ich freue mich auf die gemeinsame Erfahrung mit Ihnen.

Der Tarif beträgt CHF 140,- für max. 70 Minuten (inklusive einer intensiven Vor- und Nachbereitung).

Bei der 1. Buchung erhalten Sie einen Gutschein von CHF 50,-