

**„Wenn wir genug Energie haben,
lösen sich all unsere Probleme wie von selbst“**

Tom Mögele



zur Ruhe kommen, nach „innen gehen“,
sich sammeln und entspannen, loslassen...

So viele sprechen davon, doch: wie soll das gehen bei all den Herausforderungen
in meinem Leben? Wie kann ich kraftvoller und stärker werden, wo ich mich oft
müde und machtlos fühle?

Es geht:

In dem angebotenen Seminar zeige ich dir Methoden, wie du effektiv und schnell zu
einer inneren Klarheit kommen kannst. Wie du deine Energie in einem angespannten
Umfeld durch eine innere Haltung verändern, vor allem verbessern kannst.

Wie du Stress von außen für dich nutzbar machen kannst - indem du ihn lediglich
als Form einer Energie kennenlernenst, die leicht zu deinen Gunsten verändert werden kann.

Dabei erkläre ich dir, wie Energien verlaufen - mit was du dich schwächst und mit
welchen Methoden du dich wieder stärken kannst.

Über einen Selbsttest kommst du in Kontakt mit dem, was dich im Moment wirklich
bewegt. Auch üben wir gemeinsam an Beispielen wie Entscheidungen des Alltags und
Lebensmittelunverträglichkeiten - und du erlebst direkt, wie die Übungen dir spürbar
mehr Leichtigkeit und Klarheit schenken können.

Wenn du also das Gefühl hast, zuwenig Energie zu haben, belastet zu sein, hilflos bei
Entscheidungen in gewissen Situationen, dann fühle dich eingeladen, an dem Seminar
teilzunehmen.

Ich freue mich auf Dich,
Elke

Termin: Sonntag, 19. Oktober 2025 von 11 bis ca. 15 Uhr

Gegenenergie: 100 Euro

Für Getränke und kleine Snacks ist gesorgt.

Ort: Praxis für Kinesiologie und Yoga, Hattnauer Straße 4c, 88142 Wasserburg



Praxis für Kinesiologie und Yoga

Elke Walser