

# MY-Time Seminar

*Zurück in Deine Balance – Zurück in Deine Mitte – Zurück zu Deiner Essenz*

**Samstag, 09. Dezember 2023**

In stressigen Zeiten gerät man schnell einmal aus der Balance. Diese wiederzufinden ist der zentrale Punkt dieses Seminars.

Nimm Dir Zeit für Dich, um wieder Kraft aus Deiner Mitte schöpfen zu können.

## **Programm:**

- Meditationen
- Achtsamkeit Übungen
- Sensitives und mediales Arbeiten
- Kommunikative Herzensarbeit
- Loslass-Ritual

**Seminarort:** NAVI COACHING, Hübeliweg 7, 3052 Zollikofen

**Zeit:** Samstag: 08.30 – 12.00 Uhr / 13.00 – 17.00 Uhr

**Kosten:** CHF 250.00 (inkl. Skript, Schreibblock, Ritualkerze und Räuchergefäss Makal schwarz.)

*Bei direkter Buchung beider MY-Time Seminartage: CHF 450.00*

**Mitbringen:** Schreibutensilien (Chakra Farben)

**Anmeldeschluss:** Mittwoch, 06. Dezember 2023

**Verpflegung:** Wasser, Kaffee und Tee werden zur Verfügung gestellt.

Das Seminar findet in einer kleinen Gruppe von max. 9 Teilnehmer statt. Das Seminar wird ab mind. 4 Teilnehmer durchgeführt. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen.