

5 Uhr Club

19. Oktober – 8. November

**Fühlst du dich manchmal träge und kommst nicht in deine Energie?
Möchtest du mehr Schwung in deinen Alltag bringen und mehr Zeit für
dich haben? Bist du bereit für ein Experiment?**

Angebot

Starte mit uns den 5 Uhr Club! Klicke dich um Punkt 5.00 Uhr über Zoom ein und sei bereit für eine Bewegungssession, eine Meditationssession und eine Session, die du deinem Prozess deiner inneren Entwicklung widmest.

Diese morgendliche Stunde, die du alleine dir widmest, bringt dir Wohlbefinden für den ganzen Tag. Starte einen Versuch für drei Wochen. In dieser Zeit kann sich das Gehirn bereits umprogrammieren und zu neuen Gewohnheiten finden. Starte einen Versuch. Diese Kurssequenzen dauern jeweils drei Wochen, folge Kurse sind in Planung.

Daten

Vom 19. Oktober bis 8. November 2020, Montag bis Samstag,
jeweils von 5.00 - 6.15 Uhr.

Kosten

Preis entsprechend deinen finanziellen Möglichkeiten, ca. CHF 150.-

Anmeldung

Melde dich bei mir telefonisch oder per Mail an und überweise den Betrag vor Kursstart. Bei einer Nachanmeldung wird der Betrag entsprechend angepasst.

Ich freue mich auf deine Teilnahme!