Aufstellungen: Innehalten. Klären. Sich stärken und neu ausrichten.

Die Gelegenheit für persönliche, gesundheitliche, familiäre und berufliche Anliegen: Was steckt in mir und wie verwirkliche ich mein Potenzial? Was hindert, was stresst mich? Wie heile ich meine Beziehungen? Wo vermisse ich Freude und wo erlebe ich mich fremdbestimmt? Wie kultiviere ich Gelassenheit, und wie gelingt es mir, meinen Lebensweg von Herzen zu bejahen? Die Aufstellungen nach meiner Methode „Selbstintegration" bringen Erstarrtes in Bewegung, ermöglichen neue Erfahrungen: sich selbst, die eigene Lebendigkeit neu zu spüren, um wieder in Berührung zu kommen mit der eigenen Kraft und Tiefe, aus der neue Ideen, Lösungen, Freude und Mut erwachsen wollen.

Sa, 30.5.2015, Fr, 31.7.2015, jeweils 10 h – 18 h, 95 €

„Morgenstund' hat Gold im Mund."– Fit und gestärkt in den Tag.

Wohltat für Körper, Geist und Seele: der Dreiklang am Morgen besteht aus Bewegung, Befindlichkeit, entspannte Auf- und Ausrichtung – Körperwahrnehmung & frischen Schwung für die eigenen Entwicklungsziele.

6 x mittwochs, jeweils 8.30 h – 10 h, 95 € neuer Kurs : ab 13.5.2015

Inneres Kind & erwachsene Frau – Mein Erfolgsteam für ein erfülltes Leben.

Wenn die vitale Kraftquelle des inneren Kindes blockiert ist, dann schleichen sich Leere oder chronisch stressiges „Müssen" in unser Leben. Wenn die Verbindung zur Erwachsenen in uns fehlt, dann bringen wir unsere Träume nicht auf den Boden. Wenn beide sich begegnen dürfen, geschieht etwas Neues und wir können mehr das tun, was wir wirklich wollen.

Sa, 13.6.2015, 10 h – 18 h, 60 €; Anmeldung und Kursort: Frauengesundheitszentrum Regensburg, Grasgasse 10/Rückgeb., Tel. 0941-81644, E-mail: fgz-regensburg@gmx.de

„Die Woche fängt ja gut an!"–Montagsabende: Zeit für mich. Zeit für Inspiration.

Der Abend ist als Dreiklang gestaltet: eine bewegte oder meditative Übung zur Körperwahrnehmung und Entspannung, ein thematisches Impuls-Referat aus den Bereichen seelische Gesundheit, Vitalität & Bewusstsein. Zeit und Raum für eine Tasse Tee, für Fragen, für Austausch und Begegnung sorgen für ein inspirierendes Miteinander.

Die Themenabende finden 1 x im Monat statt: 19 h – 21.15 h, 25 €:

Mo, 23.3.2015: „Stress lass nach! – Wissenswertes zu Burnout und Nützliches zu Burnin.
Mo, 20.4.2015: „Nein" sagen mit einem guten Gefühl – Balance zw. Egoismus, Selbst- u. Nächstenliebe.
Mo, 18.5.2015: „Der Körper lügt nicht." – Bedürfnisse und Weisheit des Körpers, das Tor zum Unbewussten.
Mo, 15.6.2015: „Was die Liebe stark macht"– Impulse für eine gedeihliche Paarbeziehung.

Ich freue mich über Dein Interesse und auf viele Anmeldungen!

Rita Weininger, Heilpraktikerin für Psychotherapie
Coaching, Seminare, Therapie
Lärchenweg 33, 93339 Riedenburg-Gleislhof
Tel. 09442-991685, 0177-7484854, E-mail: info@rita-weininger.de
www.rita-weininger.de