



Alltagshelfer

Kursort: Praxis Prana-Balance, Stationsstr. 12, 8492 Wila
Zeiten: 09.15 bis 17.15 Uhr (Mittag 75 Min.)
Art: Aktiver Workshop mit vielen praktischen Tools.
Voraussetzung: Interesse
Energieausgleich: Fr. 150.00 inklusive Übungsmanual
(Wiederholungsrabatt 50%)

Fragen & Anmeldung: siehe Fusszeile

Mein absoluter Herzenswunsch ist, Dir zu zeigen, wie Du Dir selber helfen und Dich und Deine Liebsten unterstützen kannst. In diesen Kursen vermittele ich Dir Basiswissen und viele Tools, die Dich in Deinem Alltag unterstützen. Dabei sind die Kurse in sich abgeschlossen, so dass du je nach Interesse Kurse belegen kannst. Wenn jeder sein Licht bewusst strahlen lässt - strahlt das ganze Universum 🌟.

Hilf Dir selbst - mit Klopfen

Sa. 31. Januar 2026 oder Sa. 29. August 2026

Lerne die Grundlagen der Klopftechnik und ihre vielfältigen Möglichkeiten um Stress zu reduzieren, Schmerzen zu lindern und Muster neu zu programmieren. „Der Schmerz wandert durch Familien, bis jemand bereit ist, ihn zu fühlen“. Deshalb richten wir den Fokus auf das systemische Klopfen, wobei wir den Aspekt von mehreren Generationen mitbehandeln.

Hilf Dir selbst - mit dem Inneren Kind

Sa. 7. März 2026 oder Sa. 19. September 2026

Dieser Workshop ist perfekt geeignet, wenn Du:

Dich geliebter & willkommener auf der Welt fühlen willst; Dich persönlich weiterentwickeln möchtest & glücklich sein willst; in Deinem Leben immer wieder denselben Schmerz durchlebst; alte Verletzungen & Muster lösen möchtest; innerer Frieden mit deiner Vergangenheit schliessen möchtest. Viele Praktische Übungen, die das Kind in Dir strahlen lassen, begleiten uns.

Neu Hilf Dir - mit dem ABC des Bewusstseins Sa. 11. April 2026 oder 7. November 2026

Lerne die grosse Vielfalt des Bewusstseins kennen. Von „A“ wie Aufmerksamkeit, „B“ wie Bewusstsein, „C“ wie Chakra, „D“ wie Drama-Dreieck, „W“ wie Wasser oder „Z“ wie Zeitlinie und vieles mehr. Mit diesem Wissen gehen neue Felder auf und Du wirst bewusster durch den Tag gehen. Tolle praktische Tools für das Leben begleiten uns.

Hilf Dir - zu einem gesunden Selbstwert

Datum offen (melde Dich gerne bei Interesse)

Entdecke die Ursachen Deiner Selbstzweifel und lerne sie loszulassen um Deinen Selbstwert in alltäglichen Situationen achtsam zu fördern. Lerne Deine wahre Grösse kennen, sie zu lieben und zu leben. „Es ändert sich nichts, bis Du etwas änderst“ - mache bewusst den 1. Schritt im Kurs.

Hilf Dir selbst - mit dem Muskeltest (& Pendel) Sa. 20. Juni 2026

Lerne die Grundlagen des Muskeltestens und seine Vorzüge kennen und für Dich und Andere anwenden. Gewinne Sicherheit im eigenen Umgang und Du erhältst viele Tools und Ideen wie Du im Alltag den Muskeltest anwenden kannst. Auch das Pendel lernst Du kennen und Du wirst dir viel gutes Tun.

Kommst Du auch? Ich freue mich auf Dich 🍷 Herzliche Grüsse Nicole Tittmann



Prana-Balance, Kinesiologie und Bewusstsein

Nicole Tittmann

Komplementärtherapeutin

Soma-Praktikerin

Mediale-Praktikerin

Stationsstrasse 12, 8492 Wila

Infos und Anmeldung:
☎ +41 78 649 79 79
@ info@prana-balance.ch
🌐 www.prana-balance.ch