

Kursreihe

Alltagshelfer



Du bist die einzige Person, der Du gefallen musst...

„Gesunder Selbstwert,
verstehen & leben

Wann: Datum offen

09.15 bis 17.15 Uhr (75 Min. Mittag)

Wo: Prana-Balance, Stationsstr. 12,
8492 Wila, PP beim Bahnhof

Wer: Alle Neugierigen und jene, die bewusst durch s'Leben möchten.

Was: Aktiver und abwechslungsreicher Unterricht mit viel Fachwissen.

Hilf Dir selbst - mit einem gesunden Selbstwert

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. Praktische Übungen und Ideen begleiten Dich.

Mein Herzenswunsch ist, Dir zu zeigen, wie Du Dir selber helfen und Dich und Deine Liebsten unterstützen kannst.

Ich freue mich auf Deine **Anmeldung** bis spätestens eine Woche vor dem Kurs.

Kosten: Fr. 150.00 inkl. Übungsmanual



Nicole Tittmann

Komplementärtherapeutin
Soma-Praktikerin
Mediale-Praktikerin
Stationsstr. 12, 8492 Wila

Infos und Anmeldung:

+41 78 649 79 79

@ info@prana-balance.ch

www.prana-balance.ch