



Mit Selbsthypnose Ihr Potenzial aktivieren

Aktivieren Sie mit Selbsthypnose Ihre mentalen Kräfte. Lernen Sie mit der Kraft der Gedanken sich in einen tiefen, entspannten Zustand zu versetzen, wo das Unterbewusstsein besonders empfänglich ist für positive Veränderungen.

An diesem Tagesworkshop lernen Sie in Theorie und Praxis, körperliche sowie seelische Probleme zu erkennen und zu lösen, Stress abzubauen, Ihr Immunsystem anzukurbeln oder lang ersehnte Ziele zu erreichen. Sie erfahren, wie Sie ohne fremde Hilfe Ihre Selbstheilungs- und Regenerationskräfte mit neuen Techniken aktivieren und erfolgreich im Alltag umsetzen.

Optimieren Sie Ihre Leistungen und nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand!

Der Kurs wird vom EMR als Weiterbildung anerkannt.

Anwendungsbereiche

- abnehmen
- Ängste überwinden (Prüfungsangst, Flugangst, Platzangst usw.)
- körperliche und geistige Leistungssteigerung
- Lebensziele fokussieren und erreichen
- rauchfrei werden
- Schlafstörungen
- Selbstbewusstsein stärken
- Selbstheilungskräfte aktivieren
- Stress abbauen usw.



Workshop Selbsthypnose

Datum: Samstag, **27. April** 2024 (Anmeldung bis 19. April)

Zeit: 9.30 bis ca. 16.30 Uhr

Ort: Falknerstrasse 33, **Basel**

Kosten: CHF 240.- (Paare je Fr. 20.- Reduktion)

Anmeldung und Info: Gaby Studer

Kursleitung:

Gaby Studer, Kinesiologin, Hypnose-Coach, Riehenstrasse 82, 4058 Basel

Tel.: 061 681 52 85, www.gabystuder.ch gaby-studer@bluewin.ch

Regina Helfenstein, Kinesiologin, Hypnose-Coach, Schlattweg 16, 4143 Dornach

Tel.: 061 701 58 51, www.reginahelfenstein.ch info@reginahelfenstein.ch