

Retreat - Transformation

Ziele

- Bewusstseinsprung und persönliche Souveränität
- Erlernen universeller Gesetzmässigkeiten
- Handlungsaktivierungen für neue Schöpfungen und Realitäten

Ablauf

Retreat Tag 1

1. Teil: Einführung
2. Teil: Theoretische Hintergründe
3. Teil: Atmung und Meditation
4. Teil: Vision
5. Teil: Arbeit mit mir selbst
6. Teil: Arbeit mit anderen
7. Teil: Körperaktivierung
8. Teil: Strukturaufstellungen
9. Teil: Dreams

Retreat Tag 2

1. Teil: Rückblick
2. Teil: Theoretische Hintergründe
3. Teil: Atmung und Meditation
4. Teil: Vision
5. Teil: Arbeit mit mir selbst
6. Teil: Arbeit mit anderen
7. Teil: Körperaktivierung
8. Teil: Strukturaufstellungen
9. Teil: Dreams

Retreat Tag 3

1. Teil: Rückblick
2. Teil: Theoretische Hintergründe
3. Teil: Atmung und Meditation
4. Teil: Vision
5. Teil: Arbeit mit mir selbst
6. Teil: Arbeit mit anderen
7. Teil: Körperaktivierung
8. Teil: Strukturaufstellungen
9. Teil: Dreams

Themen

- Zeitmanagement
- Das Feld
- Ich bin.

Coach

Bene Antonio, M Sc

Psychologist, Coach, Trainer & Business Owner

University of Basel & Bern

Martial Art Instructor & Inspirational Speaker