



# Raus aus dem Kopf Rein ins Herz

**Seminar am 30.9.2017 in Basel**

**Verspürst du den Wunsch, deiner Intuition noch mehr zu vertrauen und Kopf und Herz in Einklang zu bringen?**

In unserer von Hektik geprägten Welt, fällt es uns oft schwer in unserer Mitte zu bleiben, präsent im JETZT zu sein.

Unser Beruf und andere Bereiche unseres Alltags bringen uns aus dem Gleichgewicht. Oft haben wir das Gefühl, keine Zeit für die wirklich wesentlichen Dinge des Lebens zu haben. Oder wir nehmen uns die Zeit dafür nicht, da alles andere wichtiger erscheint. Darunter leidet unser Umfeld und am aller meisten wir selbst.

**Möchtest du lernen, bei Entscheidungen und Herausforderungen des Lebens deiner Intuition zu folgen und danach zu handeln?**

Lenken wir unsere Aufmerksamkeit auf das Herz, dann erhöhen wir die Synchronisation zwischen Herz und Gehirn und das beruhigt das Nervensystem und schüttet Glückshormone aus!

Das nennt man Herz- Kohärenz! Welche wir in diesem Seminar erlernen! Einfache, praktische Übungen, ermöglichen dir auch im Alltag der Stimme deines Herzens (Intuition) zu folgen.

Mit diesen Übungen, bist du in der Lage: dich sofort in einen harmonischen und zentrierten Zustand zu versetzen!

**Für dieses Seminar sind keine Vorkenntnisse notwendig.**

**Jeder ist herzlich willkommen!**

## Seminarinhalt:

- ♥ Energetische Übungen um Dein Herz zu heilen
- ♥ Herz und Gehirn in Einklang bringen
- ♥ Energiefeld deines Herzens wahrnehmen und ausdehnen
- ♥ Deine Eigenliebe steigern durch bewusste Übungen
- ♥ Jede Situation als Lernaufgabe anzuerkennen

## Organisatorisches:

- ♥ Datum: 30.09.2017
- ♥ Ort: Bernoullistrasse 24, CH-Basel
- ♥ Uhrzeit: 10:30 – 18:00 Uhr
- ♥ Kosten: 185.-€ ( in bar bei Seminarbeginn)
  - ♥ **Frühbucher Preis : 150.-€ ( gültig bis zum 30.08.17)**

Ich freue mich, auf einen gemeinsamen herzberührenden  
Tag mit Dir!

Herzlich Andrea Spiegelhalter

---

## Anmeldung:

Vor- & Nachname: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse: \_\_\_\_\_

Anmeldung bitte bei Barbara Jaggi – Shiatsu Praxis abgeben oder  
via E-Mail an [info@andreaspiegelhalter.de](mailto:info@andreaspiegelhalter.de)

**Anmeldeschluss ist der 15.09.17**