

# Jetzt leichter und authentischer leben Retreat auf Mallorca - Santuari de Cura

**Montag 25.6.2018 bis Freitag 29.6.2018**

**Geeignet für Frauen und Männer,  
Anfänger oder Kurserfahrene.  
Mit ganzheitlicher Energiearbeit,  
Yoga und Meditation**

Kursleitung:

Heike Ripp, Praxis für ganzheitliche Energiearbeit seit 15 Jahren

Life Coaching & zertifizierte Yogalehrerin nach BYV

[www.heike-ripp.de](http://www.heike-ripp.de) | Oberhöchstadter Str. 28a

61440 Oberursel | Tel. 06171/694858

[mail@heike-ripp.de](mailto:mail@heike-ripp.de)



## Seminarziele sind:

Stressreduktion • Entschleunigung • Energiegewinnung • Steigerung der äußeren und inneren Flexibilität • Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und Effizienz • Präsenz spüren • Talente erkennen und leben können • sich gesund abgrenzen lernen • Vorbeugung von Erkrankungen • authentischer werden • leichter und freudiger leben

## Was beinhaltet die Seminarzeit?

1. Meditationen  
Körpermeditation, Mediale Energierreise, geführte Meditation mit Visionsfrage
2. Beziehungscoaching  
Individuelle Aufstellungen, Naturbild
3. Ganzheitliches Yoga einfache Übungen für Körper (Asanas), Atmung (Pranayama)
4. Mallorcafeeling Tagesausflug, kleine Naturwanderung, freie Zeit



## Seminarkosten

700 € – Seminar – Übernachtung im EZ. Incl. HP mit Getränken - Tagesausflug

Konto: Balance-Oberursel, Postbank Ffm 500 100 60, Kontonummer 35430606

**Es wird eine wunderbare Zeit werden, mit nachhaltiger Erholung!**

