



# Wellness für die Seele

16. NOVEMBER 2025



9:00 – 17:00 Uhr



Studio arjuna in Brigerbad



CHF 230.-



Anmeldung erforderlich



# Wellness für die Seele



**16. NOVEMBER 2025**

## *Eine Reise zu dir selbst*

Möchtest du manchmal einfach aussteigen aus dem Alltag? Dir Zeit für dich nehmen? Wird dir alles gelegentlich zu viel und hättest du gerne mehr Energie? Dann ist dieser Workshop für dich.

Du wirst Energie tanken und dich regenerieren. Du gehst in Verbindung zu dir Selbst und erfährst, wie du dich nähren und vitalisieren kannst. Anhand von praktischen Übungen tauchst du ein in deine innere Stille und deine Oase der Entspannung.

Seit Geburt sind wir verbunden mit allem was IST. In diesem Kurs übst du, die universellen Kraftquellen wieder für dich zu nutzen. Du lernst verschiedene Techniken der Entspannung und der Selbsthypnose, die du jeden Tag, überall und ohne Hilfsmittel anwenden kannst.

Wellness für dich und deine Seele.



### **Seminarleitung**

Michaela Graf, Sensflow® Trainerin und  
Hypnosetherapeutin HSC/NGH/VSH