

## Neujahrsspecial

### Worum möchtest Du, dass es in Deinem nächsten Jahr wahrhaftig geht?

Hältst Du gute Vorsätze für überholt? Machst Du keine, weil sie sich oberflächlich und altmodisch anfühlen, sind oder weil Du nicht weißt, wie Du sie angehen sollst? Oder vielleicht fällt es Dir schwer zu träumen?

Seit 2016 wende ich zu Beginn jedes Jahres einen Prozess an, um mir Klarheit über meine innersten Wünsche und Träume zu erlangen. Um dann zu schauen, worum es im in meinem nächsten Jahr gehen kann. Ich befasse mich mit meinem Selbst, meinen Beziehungen und meinem Beruf und/oder mit meinem Dienst an der Gemeinschaft.



Fotocredit: jan-huber-4MDXq\_aqHY4-unsplash

Resilienz Yoga unterstützt mich während dieses Prozesses, mich mit der Weisheit meines Körpers zu verbinden, meinen Geist zu beruhigen und mit meiner Seele in Kontakt zu kommen.

### Dieser Prozess ist Resilienz Yoga in Action!

Dieser Prozess ist überaus praxisorientiert und beinhaltet die Ausarbeitung eines *realistischen* Plans, womit Du Dich im nächsten Jahr wirklich beschäftigen möchtest.

Ich lade Dich ein, einen Tag in der Gemeinschaft mit Gleichgesinnten zu verbringen, die es lieben, Resilienz Yoga und Meditation zu praktizieren, und die ihre innersten Wünsche und Träume verwirklichen möchten.

Dieser Tag beinhaltet 2 Resilienz Yoga Praxen und eine besondere Meditation. In der Zeit dazwischen widmest Du Dich Deinen Träumen und Wünschen, und wie sie in Erfüllung gehen können.

**Wann:** Samstag, den 21. Januar 2023

**Wo:** PADMA YogaZentrum in Elmshorn

**Uhrzeit:** Wir fangen um 9 Uhr an und stimmen uns um 18:30 aus.

**Preis:** 100 € inkl. MwSt. Rechnung erfolgt nach der Anmeldung und ist erst nach Überweisung gültig.

**Anmeldung:** [kontakt@yogaforprofessionals.de](mailto:kontakt@yogaforprofessionals.de)

**Hinweis:** Bei Absagen nach dem 16. Dezember werden die Kosten für das Neujahrsspecial *nicht* erstattet.

**Tip:** *Dieser Tag ist auch ein wunderbares Geschenk für die Lieben in Deinem Leben!*

Ich freue mich sehr, diesen besonderen Tag mit Dir zu verbringen, und mit Dir zusammen Deinem neuen Jahr Sinn und Orientierung zu verleihen.

Sharanne