

Vertrauensvoll im neuen Jahr

Finden Sie neuen Mut, tanken Sie Kraft und Vertrauen.
Erleben Sie eine Verbindung von meditativem Malen,
autogenem Training, Hypnose und vielem mehr...

- Wann:** **18.2.2012** von 9.30 Uhr - ca. 18.00 Uhr
19.2.2012 von 10.00 Uhr - ca. 16.00 Uhr
- Wo:** Winterhuder Weg 138, 22085 Hamburg
- Trainer:** Melanie Döring / Christine Ehmke
- Investition:** Tag 1.: 150,00 Euro (zzgl. Material)
Optional plus Tag 2: 75,00 € (zzgl. Material)
- Teilnehmerzahl begrenzt – max. 10 Personen

Ablauf Tag 1:

- Ankommen - Morgen Meditation
- Meditatives Malen: Thema Vertrauen - Gefühle - Gedanken. Seien Sie offen für alles was entsteht
- Hypnose: Stärkung des eigenen Vertrauens - Vertrauen im Unterbewusstsein verankern
- Meditatives Malen Teil 2
- Autogenes Training zur Vertiefung
- Abschluss Meditation / Abschluss Übung

Ablauf Tag 2 („Vertiefung“):

- Ankommen - Morgen Meditation
- Wohin soll die Reise gehen?
 - Gefühle, Glaubenssätze, Wünsche aufspüren und in Richtung eines erstrebenswerten Zieles entwickeln
- Zielarbeit - Hindernisse
 - Blockaden auflösen
 - Individuelle Themen der Teilnehmer

Vertrauensvoll im neuen Jahr

- Heilpraktikerin für Psychotherapie
- Coach NLP-Master (DVNLP)
- WingWave Coach (Besser Sigmund Institut)
- Hypnosetherapeutin (ABH)
- Kursleiterin autogenes Training
- Mitglied im Verband Freier Psychotherapeuten, Heilpraktiker für Psychotherapie und Psychologischer Berater e.V.



Melanie Döring

Christine Ehmke



- Selbständige Grafik Designerin und Illustratorin im Bereich Print und Web
- Dozentin und Tutorin im Bereich Mediengestaltung / Grafik Software / Kommunikation
- Kursleiterin meditatives Malen / Ausdrucksmalen, Kreativ- und Malkurse für Kinder und Erwachsene

Coaching  *for you*
Coaching • Training • Beratung


das-einfallsreich
Grafik-Design • Illustration • Web

Melanie Döring
Winterhuder Weg 138
22085 Hamburg
Tel.: 040 - 60 57 26 98
Mobil: 0176 - 61 10 81 65

Christine Ehmke
Saselheider Straße 64
22159 Hamburg
Tel.: 040 - 571 495 93
Mobil: 0179 - 296 49 63