

Workshop

Selbsthypnose

Aktivieren Sie Ihre Selbstheilungskräfte!
Setzen Sie die mentalen Kräfte frei!
Nutzen Sie die Kraft der Gedanken!
Optimieren Sie Ihre Leistungen!

Selbsthypnose hilft bei:

- ✚ Abnehmen
- ✚ rauchfrei werden
- ✚ Schlafstörungen
- ✚ Lebensziele fokussieren und erreichen
- ✚ körperliche und geistige Leistungssteigerung
- ✚ Überwinden von Ängsten (Prüfungsangst, Flugangst, Platzangst usw.)
- ✚ Selbstbewusstsein stärken
- ✚ Stress abbauen
- ✚ usw.



- ✚ **Selbsthypnose** ist eine wundervolle Technik, womit Sie selbst ohne fremde Hilfe effizient an sich arbeiten können. Sie ist leicht erlernbar und lässt sich sofort und erfolgreich im Alltag umsetzen.
- ✚ Mit Selbsthypnose lernen Sie sich effektiv in einen tiefen, entspannten Zustand zu versetzen, wo das Unterbewusstsein besonders empfänglich ist für positive Veränderungen.
- ✚ Mit der Selbsthypnose können Sie wirksam Stress abbauen, Ihr Immunsystem ankurbeln oder lang ersehnte Ziele erreichen.
- ✚ An diesem **Tagesworkshop** lernen Sie in Theorie und Praxis, körperliche und seelische Probleme zu erkennen und zu lösen. Sie erfahren, wie Sie Ihre Selbstheilungs- und Regenerationskräfte mit neuen verblüffenden Techniken ohne fremde Hilfe aktivieren können. Nehmen Sie Ihre Gesundheit selbst in die Hand!



Workshop Selbsthypnose:

Datum: **Samstag, 20. Mai 2017**
Zeit: 9.30 – ca.16.30 Uhr
Ort: Altersheim Marienhaus,
Horbургstrasse 54, Basel
Preis: Fr. 220.-
(begrenzte Teilnehmerzahl)

Anmeldung und nähere Infos bei den Kursleiterinnen.

Kursleitung:

Gaby Studer
Kinesiologin
Hypnose-Coach
Riehenstrasse 82
4058 Basel
061 681 52 85
www.gabystuder.ch
gaby-studer@bluewin.ch

Regina Helfenstein
Kinesiologin
Hypnose-Coach
Schlattweg 16
4143 Dornach
061 701 58 51
www.reginahelfenstein.ch
info@reginahelfenstein.ch