



15.03.19 – 17.03.19

COACHING.YOGA.KUNST

**Sinnliches Wahrnehmen – zurück zu dir
Resilienz- und Wahrnehmungsförderung**

Wir laden euch ein, ein Wochenende eurer Person, euren Lebensumständen und eurer Resilienz - der eigenen Widerstandskraft zu widmen. Dabei leiten wir euch durch ein inspirierendes Rahmenprogramm und begleiten euch mit einem individuellem Einzelcoaching. Elemente aus dem Kunstanalogen Coaching und dem Dynamic Yoga bieten unterschiedliche Zugänge, die wir ebenfalls nutzen wollen. Das zentrale Thema dabei ist eure jeweilige aktuelle Lebenssituation. Gemeinsam und individuell arbeiten wir mit euch an der Fragestellung:
„Ist-Zustand - Soll-Zustand - Was brauche ich?“



Veranstalter



MARTINA BROEK
BERATUNGSKUNST-
HAMBURG



DANIELA KNOEPFEL
ESTRELLA PROJECTS

VERANSTALTUNGSORT

Work.Life.Physio

Schwanenwik 14

22087 Hamburg



SINNLICHES WAHRNEHMEN ZURÜECK ZU DIR

Programm

Freitag (18 Uhr bis 20 Uhr)

Kennenlernen, Ankommen, Einstieg und Ausblick

Samstag (9 Uhr bis 17 Uhr)

Dynamic Yoga, Malen, Atemmeditation, kreatives Schreiben

Sonntag (9 Uhr bis 17 Uhr)

Dynamic Yoga, Gruppen-Aktivität, Somatische Meditation

Parallel

30 Minuten individuelles Einzelcoaching

Preis

450€ inklusive individuelles Einzelcoaching,
Pausenverpflegung, Material



MARTINA BROEK
SOZIALPÄDAGOGIN (BA)
KUNSTANALOGER COACH (MA)
SUPERVISORIN (TA)



DANIELA KNOEPFEL
SOZIALPÄDAGOGIN (BA)
CAS BERATUNG
COACHING
DYNAMIC YOGA
INSTRUKTORIN

ANMELDUNG UNTER
Beratungskunst Hamburg
Martina Broek

0049 176 811 844 52

kontakt@beratungskunst-
hamburg.de