Corsi & Percorsi
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Wie kann ich mein Leben leichter machen? "The Work" von Byro

Themenbereich
Persönlichkeitsentfaltung, Psychologie

Kursbeschreibung
"The Work" eröffnet die spannende Möglichkeit in unserem eigenen Denken die Perspektive zu wechseln. Anhand von Beispielen spüren wir stressige Gedanken auf, die uns die Arbeit und das Leben schwermachen. Jeder Stress verursacht eine Anspannung im Körper, diese verringert unsere Energie, hindert unsere Beweglichkeit und stört unsere emotionale Gesundheit. Durch eine behutsame Begleitung gelingt es, festgefahrene Muster und Emotionen zu lockern und Verspannungen aufzulösen. Diese intensive Beschäftigung mit unseren Gedanken und deren Auswirkungen soll zu mehr Frieden, Freiheit und Selbstbewusstsein führen.

Kurssprache
Deutsch

Beginn
08.06.2024

Ende
08.06.2024

Kurstage
1

Beginnzeit
09:00 Uhr

Endzeit
17:30 Uhr

Dauer
450 Minuten

Beschreibung Zeit
-

Ort
Bozen
Schlernstraße 1

Zielgruppe

Referent/in
Helga Huber

Gebühr
159 €

Anmeldeschluss
-

Kursanbieter

VOLKSHOCHSCHULE SUEDTIROL VHS SUEDTIROL

Detailseite zum Kurs

-

Ansprechperson

Tel.
Email