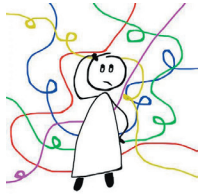


# Mit Leichtigkeit und Stärke durch Veränderungsprozesse gehen

## Power-Kurz-Training zum Auftanken

- ⑥ Es erwarten Dich drei Stunden voller Aktion, in denen Du alles abschütteln kannst, was Dich in den letzten Wochen oder Monaten bewegt oder gebremst hat.
- ⑥ Du wirst Phasen der Konzentration und Phasen der Lockerung erleben.
- ⑥ Du lernst, wie Du Dich mit kleinen Hebeln schneller und dennoch sanft in (fast) jeder Situation wieder zentrieren kannst.

Werde wieder (oder noch) kraftvoller und energiereicher in Deinem Alltag – es ist Deine Lebenszeit!



Erlebe, welche mächtige Wirkung Deine Gedanken und Worte dauerhaft auf Deine Gesundheit und Dein Verhalten haben.



Erhalte Inspiration, wie Du in Deinem Alltag noch kraftvoller, energiereicher und widerstandsfähiger wirst.

### Beantworte Dir ehrlich die folgende Frage:

Über welche Leistung verfügst momentan Dein persönlicher Akku?

- Schaue dabei auf Deinen gedanklichen Akku und fühle Dein körperliches Wohlbefinden.
- Zeichne eine Skala von 1 – 10 auf. Wo ordnest Du Deine Akkuleistung und Dein Wohlbefinden ein? Eher in der oberen oder unteren Hälfte?



**Klaudia Sachs**  
**Bewusste Kommunikation**

Seestraße 74 / D-12589 Berlin  
+49 179 5112033  
sachs-training@email.de  
www.sachs-training.de



# Mit Leichtigkeit und Stärke durch Veränderungsprozesse gehen

Sichere Dir Deinen Platz im „Power-Kurz-Training zum Auftanken“  
jeweils von 18 – 21 Uhr

## Termine:

25.03.2021 – Berlin (max 4 Teilnehmer)	16.06.2021 – Hamburg / Frauen
31.03.2021 – Berlin (max 4 Teilnehmer)	18.06.2021 – Hamburg / Männer
07.04.2021 – Berlin / Frauen	23.06.2021 – Frankfurt a.M. / Frauen
12.04.2021 – Berlin / Männer	07.07.2021 – Köln / Frauen
14.04.2021 – Berlin	21.07.2021 – Stuttgart / Frauen
16.04.2021 – Berlin / Frauen	04.08.2021 – Frankfurt a.M. / Männer
21.04.2021 – Wien / Frauen	11.08.2021 – Berlin / Männer
22.04.2021 – Wien	13.08.2021 – Berlin / Frauen
28.04.2021 – Berlin / Männer	18.08.2021 – Berlin
05.05.2021 – Berlin	08.09.2021 – Nürnberg / Frauen
07.05.2021 – Berlin / Männer	22.09.2021 – Salzburg
10.05.2021 – Berlin / Frauen	06.10.2021 – Wien / Frauen
24.05.2021 – Baden-Baden	20.10.2021 – Stuttgart
29.05.2021 – Berlin	10.11.2021 – Berlin
30.05.2021 – Berlin	24.11.2021 – München / Frauen
08.06.2021 – Leipzig	09.12.2021 – Berlin

Training mit max. 16 Teilnehmer\*innen

**Seminar jetzt buchen:**

## Sei dabei, wenn Du Inspiration für Dein „Mehr“ an Lebensqualität erhalten möchtest!

„Ich freue mich schon sehr darauf, Dir einen Einblick in die Vielfalt der Veränderungsmöglichkeiten zu geben. Möglichkeiten für (fast) jede Lebenslage. Ich bin mir sicher, Du wirst ebenso begeistert sein, wie ich es seit vielen Jahren bin.“

### Mein Geschenk für Dich:

Ein 30-minütiges Onlinegespräch nach diesem Training für eine individuelle Reflexion, Deine Fragen oder was Dir noch am Herzen liegt.



Klaudia Sachs



### **Klaudia Sachs** Bewusste Kommunikation

Seestraße 74 / D-12589 Berlin  
+49 179 5112033  
sachs-training@email.de  
www.sachs-training.de

