



Weg von der Anspannung des Alltags hin zu Lebensfreude und Leichtigkeit!

29.06.2024
10.30 bis 16.30 Uhr

Ein Tag mit Alpakas und Coaching nur für dich.



Jasmin Mix

Ich freue mich auf dich!

Meld dich gern persönlich bei Renate und den
Aschau Alpakas an.

Alternativ telefonisch oder per E-Mail bei mir :

0173 432 0798
jasmin@mixcoaching.de
www.mixcoaching.de



Tag der inneren Freiheit mit den Aschau Alpakas

Kennst du das Gefühl?

Dein Alltag ist hektisch. Manchmal **würdest du gern ausbrechen?** Einfach mal etwas für dich tun. **Nur für dich.** Eigentlich solltest du viel **mehr für dich einstehen**, auf **deine Bedürfnisse** achten und dir nicht so viele Gedanken machen? Dann ginge vieles leichter.

Warum tust du es dann nicht?
Heute kannst du den ersten Schritt machen.

Beim Tag der inneren Freiheit lernst du, wie du **dich selbst an die erste Stelle** setzt. Du verstehst deine inneren Antreiber, die dich manchmal im Alltag so gefangen halten. Du verbindest dich mit der Natur. Und obendrauf bekommst du eine **Anleitung für mehr Leichtigkeit und Lebensfreude.**

Dein Invest in dich: **199 €**



Alpakawanderung

Tiere spiegeln uns Menschen. Sie zeigen uns, was wir brauchen. Sie tun, was wir tun möchten, uns aber vielleicht nicht trauen. Welches Alpaka passt zu dir? Wie werdet ihr miteinander den Jacobsweg beschreiten? Wir starten um 10.30 Uhr mit einem Kennenlernen zwischen Tier und Mensch mit einer **ca. 2-stündigen Wanderung** bei der du dein Alpaka führst und dich erdest.



Coaching-Workshop

Nach einem stärkenden Lunch beginnen wir mit dem Workshop. Durch deinen **ausgebildeten Coach Jasmin** lernst du deine **inneren Antreiber** kennen und verstehst, warum du manchmal reagierst, wie du reagierst und wieso gewisse Situationen anstrengend für dich sind. Du **reflektierst in der Gruppe**, tauscht dich aus, lernst dich selbst ein Stück mehr kennen und wirst feststellen, mit vielen Themen bist du nicht allein.



Essen & Austausch

Für dein leibliches Wohl wird ausreichend gesorgt sein. Es gibt **frisch belegte Brötchen und Salate** zum Lunch und als krönenden Abschluss nach dem Workshop gibt es **Kuchen und Torte aus den AlpakaKaffee von Renate.** All das kannst du in Gesellschaft mit anderen netten Menschen genießen, die wie du nach mehr innerer Freiheit streben.

