



Patricias
Wohlfühlraum

Alte Poststraße 1, 07907 Schleiz

Mein Angebot

- **Entspannungsangebote und -techniken in Einzel- und Gruppenbetreuung**
wie Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobsen; Atemtechniken;
geführte Meditationen; Einführung in die Welt der ätherischen Öle, Klang,
Genuss u.a.
- **Kreativworkshops**
- **Chakrenharmonisierung**
- **Arbeit mit Klang und Bewegung** in sanfter Form zur Aktivierung und
Entspannung
- **Hypnose** in Einzelbetreuung für individuelle Themen
z.B. Raucherentwöhnung, Begleitung bei belastenden Lebensereignissen und inneren
Konflikten, Transformation von Glaubenssätzen, innerer Einstellung, Aktivierung des
Potentials und verborgener Fähig- und Fertigkeiten (Gefühl mit angezogener Handbremse
durch das Leben gehen)
- **Kennenlernen der Hypnose** z.B. als Gruppenthypnose zum Einstieg in eigene
Themen oder Reflektion von Themen/Klärung

Bei Fragen zu meinem Wohlfühlraum, meinen Angeboten und
der Hypnose stehe ich dir gerne für ein
kostenloses Kennenlern-Gespräch zur Verfügung.

Ich freu mich auf Dich & ein Kennenlernen.

Deine Patricia

Entspannungspädagogin &
Kursleiterin für Progressive Muskelentspannung
Hypnose-Coach

Kontakt

015141216925

info@patricias-wohlfuehlraum.de

Entspannung. Hypnose. Meditation.

