



ANKE DURT

THERAPIE ■ BERATUNG ■ SEMINARE

Seminare

„Kraft mit LEBENDIGKEIT“

Sie wollen voll und ganz lebendig sein? Sie wollen sich selbst und Ihr Umfeld komplett wahrnehmen und genießen? Sie brauchen noch Kraft und Wirkung für Ihr Auftreten, Ihre Stimme, Ihren Ausdruck? Wie nehmen Sie sich wahr und wie kommen Sie bei Ihrem Gegenüber an? An dem Tag erleben Sie welche Potenziale noch in Ihnen schlummern und wie es sich anfühlt, wenn diese aktiv werden. Ich verwende Methoden und Übungen, die Ihre Kraftquellen öffnen. So tritt der Mut sich zu zeigen, das Vertrauen in sich selbst, die Leichtigkeit und Kraft der Stimme hervor. Energievolle Präsenzübungen zur direkten Anwendung runden das Seminar ab. Ein aktiver Tag für alle Menschen, die gerne in der Gegenwart stark und sichtbar sein wollen.

ZIELE

- Einblick in den individuellen Hintergrund
- Schlummernde Ressourcen aktivieren
- Präsenze Ressourcen direkt einsetzen
- Vertrauen in sich, die eigene Stimme u. das Auftreten gewinnen
- Zusammenwirken von Körper, Geist und Lebensenergie
- Eigene Wahrnehmung vergrößern
- Lösungen direkt umsetzen können

STRUKTUR

- Individuelle Erwartungs- und Zielbeschreibung
- Methoden für die Kraft und Lebendigkeit (siehe Methoden)
- Präsenz - u. Körperübungen
- Individuelles Coaching
- Darstellungen aller Teilnehmer

TERMINE

- Jederzeit auf Anfrage

ZEIT

- 10:00 Uhr bis 16:00 Uhr

ORT



Praxis Anke Durt, Katharinenstr. 6 b
86899 Landsberg am Lech

LEITUNG

Anke Durt (00 49 1 77 70 69 59 0, [E Mail an Anke Durt](#))

GEBÜHR

- EUR

Schreibmaterial, Mappe, Getränke und Obst sind in der Gebühr enthalten.

ANMELDUNG

Es ist eine kleine Gruppe mit max. 8 Plätzen vorgesehen. Bitte nutzen Sie direkt die [Anmeldeoption](#) dieser Homepage.