

Attività' al Parco San Grato

CoachforLife propone un programma estivo per Mente e Corpo all'aria aperta 7 giorni su 7. Incontri di gruppo e sessioni private.

Per la MENTE

Coaching

Soldi, lavoro, carriera, sentimenti, amore, salute, famiglia, forma fisica, molte le aree su cui lavorare per raggiungere un equilibrio e una vita piena di soddisfazioni e gioia. Il life coach ti aiuta a trovare una chiara e attraente visione! Ridurre lo stress e aumentare il benessere psico-fisico. Solo sessioni private.

Meditazione e Visualizzazione

- Lo stress ti stressa?
- Vuoi una vita felice?
- Sei annoiato dalla tua quotidianità?
- Vuoi essere più sciolto/a e leggero/a?
- Vuoi più energia?
- Vuoi imparare a equilibrare i Chakra?

Con la meditazione avrai la possibilità di scoprire il potere della visualizzazione e della respirazione.

Imparare esercizi per armonizzare il corpo e i chakra, rilassarti armonizzando l'energia e il livello vibrazionale.

Vision Walk

Chiedi e trova la risposta camminando! Tecnica potente ispirata alle tecniche dei nativi d'America. Visualizzazioni semplici per osservare il mondo attorno a voi con l'intenzione di trovare soluzioni a problemi grazie alla vostra parte inconscia.

Per maggiori informazioni sugli orari, prezzi e prenotazioni potete contattare al +41 79 457 10 72 o scrivere a info@coachforlife.ch, Guya De Ambrosis NLP Life Coach, Matthias Gruner SAFS Cardio e Fitness Trainer

Visitate il sito www.coachforlife.ch