

KURSE FÜR ERWACHSENE

Ur-Matrix® Level 1

Ich freue mich darüber, dass am 19./20.02.2022 das erste Ur-Matrix® Level 1 Seminar im Wohlfühlraum mit mir, Stella Piras in Kooperation mit der Spirituellen Schule von Stefan Bratzel, stattfindet.

Stefan Bratzel hat als Heilpraktiker diese Methode entwickelt. In Verbindung mit der hawaiianischen Huna-Lehre und auf dem Prinzip der Quantenheilung optimiert. Es ist mir eine Freude dieses Wissen in unserem Wohlfühlraum weiterzugeben.

Die Ur-Matrix® begleitet mich bereits seit mehr als 10 Jahren und in bin begeisterte Anwenderin vom ersten Tage an. Vielleicht fragst du dich, warum mich die Ur-Matrix® so begeistert. Mir hat es mehr Eigenverantwortung in meinem Leben gebracht. Sobald ich auf ein inneres oder äußeres Hindernis/Thema gestoßen bin, konnte ich mit der Ur-Matrix® schauen, was ich tun darf. Seit 10 Jahren bin ich nicht mehr krank, da ich damit meinen Körper und das Immunsystem unterstütze und stärke. Das bedeutet nicht, dass Ärzte überflüssig sind, wenn es darum geht, z.B. einen Blinddarm zu entfernen. Jedoch kann die Ur-Matrix®-Methode für die Transformation bei eingrenzenden und überholten inneren Strukturen und für Fragen der Gesundheit eingesetzt werden.

Die Ur-Matrix®-Energie ist auf die Selbstregulation in Richtung einer vorbestimmten höheren Ordnung ausgerichtet und drückt sich auf allen Ebenen des Seins in Form eines Selbstheilungsprozesses aus.

Der Fokus wird bei dieser Arbeit spielerisch und gezielt auf die positive Absicht gerichtet. Mit dem Auslösen eines Energieimpulses beginnt daraufhin das unbegrenzte Bewusstsein, eine grundlegende Ordnung wiederherzustellen und die gewünschten Veränderungen zu verwirklichen.

Wichtig:

Bitte denke bei der Entscheidung, das Level 1 Seminar zu besuchen, nicht an den ganzen Weg. Der Level 1 bietet Dir mit der Selbstbehandlung, der Anwendung für andere Menschen für die unterschiedlichsten Themen, der Fernanwendung etc. die gesamten Handwerkszeuge, um umfassend mit der Ur-Matrix®-Methode zu arbeiten.

Was zählt, ist der erste Schritt, für den Du nur zwei Tage Zeit brauchen wirst!

Infoabende: 17.01.2022 und 14.03.2022 von 19:00 – 21:00 Uhr

Termin Level 1: 19./20.02.2022 und 23./24.04.2022

Seminarpreis: 280,- EUR, ermäßigt 230,- EUR

Termin Level 2: 16./17.07.2022

Seminarpreis: 370,- EUR, ermäßigt 320,- EUR

Komplett-Preis für Ur-Matrix® Level 1-3: 790,- EUR (statt 1020,- EUR)

KURSE FÜR ERWACHSENE

Ur-Matrix® Essenz Workshop

jeden 3. oder 4. Donnerstag 19:00 – 21:00 Uhr

Dieser Workshop ist durch unsere Kooperation und Verbindung mit der Spirituelle Schule Stefan Bratzel entstanden und ist Teil zur Ausbildung zum Ur-Matrix-Coach. Es ist eine offene und immer laufende Gruppe, die angegebenen Termine finden statt.

Termine: 20.01.2022, 17.02.2022, 24.03.2022, 28.04.2022, 12.05.2022 und 30.06.2022

Gebühr: 20 EUR für 120 Min. (mit Rabattkarte 16 EUR)

Teilnehmer: max. 8 Personen

Melde dich spätestens zwei Stunden vor Beginn an!

per SMS | Threema | Telegram | WhatsApp (0172 72 46 433) | anmeldung@der-wohlfuehlraum.de | Facebook | Instagram

ZENbo® Balance für Erwachsene | offene Meditationsgruppe

Buche Deine individuelle Auszeit und komme wieder in Kontakt mit Dir und Deinem Atem. Unterstütze Dein Immunsystem durch achtsame Bewegungen und Atemtechniken. Das ZENbo® Balance Training ist Meditation in Bewegung. Stressbewältigung durch innere Balance. Es beinhaltet drei Phasen:

SILENCE Ankommen im Hier und JETZT.

MOVE Entspannungsübungen aus dem Yoga und Qi Gong im eigenen Atemrhythmus machen.

RELAX Entspannung mit einer Fantasiereise, um den Tag achtsam ausklingen zu lassen.



ZENbo® Balance kann ab drei Personen, mit Voranmeldung wieder stattfinden:

dienstags von 10:00 – 11:15 Uhr für Senioren 12,50 EUR (mit Rabattkarte 10/8 EUR)

Du kannst dich spätestens zwei Stunden vor Beginn anmelden per SMS | Threema | Telegram | WhatsApp 0172 72 46 433) | via Facebook | Instagram | anmeldung@der-wohlfuehlraum.de

KURSE FÜR ERWACHSENE

Shinrin Yoku | Waldtherapie | Forest Medicine

Der Wald unterstützt Dich, Deine Energiereserven wieder aufzuladen und dadurch mehr Lebensqualität zu erhalten.

Positive Auswirkungen des Waldes:

- ✓ Senkung des Blutdrucks
- ✓ Senkung des Blutzuckerspiegels
- ✓ Reduzierung des Stresshormones Cortisol
- ✓ Burnout-Prävention
- ✓ Stärkung des Immunsystems
- ✓ Stärkung der natürlichen Killerzellen
- ✓ Harmonisierung des vegetativen Nervensystems
- ✓ Verbesserung der Schlafqualität
- ✓ Verbesserung des Wohlbefindens



Donnerstagstermine:	derzeit nach Vereinbarung von 15:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr
Samstagstermine:	derzeit nach Vereinbarung jeweils von 11:00 Uhr bis ca. 14:00 Uhr
Gebühr pro Person:	Gruppe 30 EUR <i>Einzel 35 EUR</i>
Teilnehmer:	Gruppe max. 10 Personen <i>Einzel 4 Personen</i>
Treffpunkt:	Parkplatz Oberwaldsee

Weitere Buchungspakete:

Individuelle Terminabsprachen

Möchtest Du achtsame drei Stunden im Wald verbringen? Vielleicht gemeinsam mit Freunden, Familie oder Kollegen? Dann können wir gerne auch einen individuellen Termin vereinbaren.

Das jeweilige individuelle Paket kostet 180 EUR bei max. 10 Teilnehmer.

Geburtstagspaket

Schenke Dir an Deinem Geburtstag achtsame Momente in der Natur. Du kannst es mit einem anschließenden Picknick oder Grillfest kombinieren.

Familienpaket

Magst Du mit Deiner Familie achtsame Momente in der Natur erleben? Entdeckt gemeinsam den Wald, mit all euren Sinnen, neu!

Firmenpaket

Gesundheitsfördernde Prävention für Kleingruppen. Stärkung der Resilienz und Burnout-Prävention.

Afterwork Session

Entdecke Dich in der Natur. Lass den Tag hinter Dir. Wähle individuell den Umfang Deiner Auszeit. Die Session kostet pro Stunde 60 EUR.

Habe ich Dein Interesse geweckt?

Melde Dich bei mir entweder unter kontakt@waldbaden-in-karlsruhe.de oder 0172 7246433 an.

KURSE FÜR ERWACHSENE

Deine Aufstellung | individuell und lösungsorientiert

Gestalte Dein Leben wieder gestärkt, kraftvoll, eigenverantwortlich und selbstständig. Das ist Deine Chance.

Fühle Dich wie ein Schmetterling, nutze die Zeit, aus Deiner Verpuppung zu schlüpfen.

Unsere wahre Aufgabe ist es glücklich zu sein.

Ergo beginne heute damit!



In der Aufstellungsarbeit gibt es einige Möglichkeiten, die helfen können, das Unbewusste ins Bewusstsein zu bringen. Somit werden Blockaden im Energiesystem erkannt und in die Lösung gebracht, damit JEDER wieder mehr Lebensqualität leben kann. Aufstellungen bringen Klarheit und Ordnung ins System jedes Einzelnen!

Für Kinder und Erwachsene, kann durch Aufstellungsarbeit ihre Wege für die Zukunft geebnet werden, damit sie ihrem eigentlichen Potenzial immer näherkommen und dieses lebbarer wird. Entscheide Dich heute Dein Leben zu erleichtern. Wir begleiten Dich sehr gerne dabei 😊

Termine: 13.02.2022

Gebühr: 85 EUR (Stellvertreter/Rollen 0 EUR)

Inhalt: **Seele 1** (Inneres Team) oder **Seele 2** (Lebensplan)

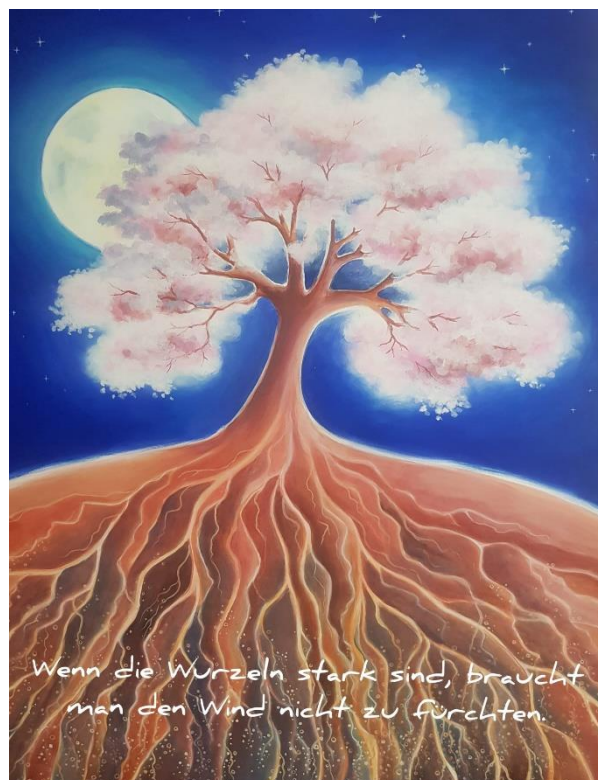
Teilnehmer: mind. 5 Personen und max. 4 Aufstellungen

Das Seminar findet im Rahmen der Vorbereitung zur Aus- und Weiterbildung zum freien Gesundheitsberuf Psychologisch-Medialen Aufstellungsleiter statt, für die es eine der Voraussetzungen ist. Für die Teilnahme am Seelenseminar ist jedoch keine Anmeldung an der Ausbildung zum „Psychologisch-Medialen Aufstellungsleiter“ notwendig.

Einladung zu gemeinsamen Treffen:

Zeit um Kraft zu sammeln

Wir alle haben Monate hinter uns, die sehr viele Herausforderungen mit sich gebracht haben. Nicht immer war es leicht in der eignen Mitte zu bleiben. Die Zeit, in der wir leben, bringt besondere Themen mit sich. In besonderer Weise erleben wir, wie sich kollektive Unruhe und Ängste auf jeden Einzelnen auswirken. Auf die eigene innere Stimme zu hören ist schwer, wenn die Welt voller schlechter Nachrichten zu sein scheint. Wir erleben, wie es durch die Flut an Bildern und Informationen zunehmend schwerer wird zu einem eigenen Bild der Welt zu kommen. Daher möchten wir, Elke Herbert-Fischer und Stella Piras, an jedem 1. Donnerstag im Monat, Treffen anbieten in denen Zeit und Raum sein soll für einen gedanklichen Austausch und für die Möglichkeit Ruhe und Kraft zu finden.



Wo: Im Wohlfühlraum, Pfinztalstr. 46 - 50, 76227 Karlsruhe
Uhrzeit: 19.00 Uhr bis 21.00 Uhr
Termin: jeden 1. Donnerstag im Monat (ab dem 03.02.2022 wieder)
Kosten: offener Abend kostenfrei

Bitte um Voranmeldung damit wir wissen wie viele kommen

Wie können wir unsere innere Stimme wieder hören? Was kann Kraft und Halt geben, um den eigenen Weg zu gehen, auch wenn es dafür evtl. keine Zustimmung im Außen gibt? Wenn Sie auf der Suche sind nach Antworten auf diese Fragen, melden Sie sich gerne bei uns.

Gemeinsam können wir einander unterstützen, denn

Wenn die Wurzeln stark sind, braucht man den Wind nicht zu fürchten.

Kontakt:

*e.herbert-fischer@web.de | 0176/80 26 7375,
s.piras@der-wohlfuehlraum.de | 0172/72 46 433*

Persönliche Ziel-Collage erstellen

Eine schöne Tradition in vielen Kulturen ist es jährlich eine Ziel-Collage (Vision Board) für sich zu erstellen. Wofür schlägt Dein Herz? Was wünschst Du Dir? Was macht Dich glücklich?

Eine Ziel-Collage kann Dich dabei begleiten, Deine Aufmerksamkeit immer wieder auf Deine Ziele und Wünsche auszurichten. Deine Ziel-Collage kann dich auch mehrere Jahre begleiten, da Manches Zeit zum Reifen braucht.

Habe ich Dein Interesse geweckt? Hast Du Fragen hierzu? Ich freue mich auf Deinen Anruf.

Termine:	Termine nach Vereinbarung
Gebühr:	30 EUR
Teilnehmer:	max. 5 Personen
Anmeldung:	anmeldung@der-wohlfuehlraum.de