



## TUN ist jetzt wichtig –

### Hier beginnt Deine Leichtigkeit in 2023!

Hast du auch weiter den Wunsch nach **Leichtigkeit**?

Nach **positiven Gesprächen und Erlebnissen**? Glück, Liebe und all den anderen tollen Gefühlen?

Aber Du weißt gar nicht mehr wie das geht, wie das ist es wirklich zu fühlen?

Du glaubst bzw. fühlst, es muss anders werden?

Du möchtest etwas ändern? Aber du weißt nicht wie? Hast auch schon gefühlt alles probiert? Kommst einfach nicht in das **TUN**?

### **JA! Dann starte jetzt mit mir durch: Glücks-Fitness - online !**

**Jeden Tag, ohne omm – dafür mit dem Gefühl, bei Sonnenschein über eine Wiese zu hüpfen.**

#### **Ist das Dein Problem?**

- Du kannst nicht mehr / hast keine Kraft mehr.
- Du hast auch keine Lust mehr auf negative Menschen, Schlagzeilen, Emotionen, Gespräche?
- Du möchtest nichts anstrengend „abarbeiten“ und „keine dramatischen alten Dinge“ lösen?
- Du verstehst das Problem, aber alle Versuche etwas zu ändern, funktionieren gerade nicht.
- Du möchtest etwas ändern, aber hast keine Kraft und Ressourcen für noch einen Kursus?
- Du weißt alles, kommst aber nicht ins TUN?

Dann bist Du hier richtig!

#### **Meine Hilfe für DICH:**

Du bekommst:

- Ganz viel GUTE ENERGIE
- Mein intensives und gutes Gespür und Gefühl für Dich und Deine Möglichkeiten
- Viele Lösungsvorschläge für das „was hilft jetzt“
- Einen anderen Blickwinkel auf Dinge
- Positive Impulse und Leichtigkeit
- Unterstützung um Deine Gedanken „in den Griff zu bekommen“ - dann, wenn Dein Kopf und Deine Gefühle mal wieder durchdrehen
- Eine große Auswahl an Möglichkeiten, wie es anders gehen kann – eben leicht
- Unterstützung um ins TUN zu kommen für neue Dinge, die Dein Leben positiver und glücklicher gestalten



**Was Du NICHT bei mir bekommst:**

- Die Möglichkeit, lange über negative Dinge zu reden (denn das hilft nicht)
- Fertige Lösungen, denn Du darfst fühlen, was für Dich passt!
- Fachlichen Inhalt ohne Ende – dafür gibt es viele gute Bücher
- DIE eine Lösung für Dein Problem – denn die gibt es nicht! Du darfst viele kleine Dinge anschauen, hinterfragen und dann in Deinem Tempo ändern, wenn Du magst.

**Online Gruppe:**

- Jeden Mittwoch 17–19 Uhr / Start 25.01.22 (weil aufschieben auf später immer doof ist)
- 12 Termine – 3 Monate über Zoom
- Kosten: 444-€ (vorab in einer Summe zahlbar)
- Inkl. geschlossene WhatsApp Gruppe für tägliche Impulse – damit Du den Fokus halten kannst

Ich gebe Dir wunderbare Möglichkeiten gute Energie zu fühlen, zu tanken und zu erleben.

DU wirst sehen, auch online ist es wunderbar einfach. Es geht eben um das TUN – das wo ist nur ein Punkt.

Ich biete Dir online die Möglichkeit an, in den Genuss von Entspannung zu kommen, während Du entspannt auf dem Sofa sitzt.

Also, hast Du Lust Deine gute Energie zu verstärken? Sie bewusst aufzubauen und Dich mit wunderbaren Frauen zu vernetzen, um es gemeinsam zu feiern? Wir feiern uns, dass wir es tun, dass wir es können! Wir haben **alle jeden Tag die Entscheidung** uns von der schlechten Stimmung, Energie oder was auch immer anstecken zu lassen – oder eben nicht.

Wir können uns aber auch gegenseitig inspirieren, wie schön es ist, **GUTE ENERGIE und LEICHTIGKEIT** regelmäßig zu zelebrieren – und das auf **einfache nordfriesische Art**.

Das ist doch wie ein Besuch im Fitnessstudio – nur für unseren energischen Bereich.

**Bei mir wird der Glücksmuskel und Leichtigkeitsmuskel trainiert 😊**

Ich freue mich, wenn DU dabei bist – bei Deiner **Glücks-Fitness - online!**

Lass uns alle **anfangen**, bei uns selbst das zu Leben wovon wir im Außen träumen.

Ich drücke Dich und schicke Dir eine kräftigende und liebevolle Umarmung

**Andrea**