



**Christina Ebert • Sandra Waldspurger** 

# «einfachSein»

inde zurück zu deiner Mitte und deiner Lebenskraft-

# Ferienseminar auf Lesbos (Griechenland) 12. bis 19. Mai 2021



- Quälen dich häufig Schmerzen und möchtest du ihnen auf den Grund gehen?
- Möchtest du dein «ICH» mehr verstehen, mit all deinen Werten und Bedürfnissen?
- Möchtest du erleben, wie heilsam STILLE und NATUR sein kann?
- Möchtest du erkennen, welchen Sinn du deinem Leben gibst, egal, wie alt du bist?

Wir nehmen dich mit auf eine Reise in deinen Körper und zu dir selbst.

Körperliche Beschwerden gehen wir mit der Schmerztherapie nach **Liebscher&Bracht** gezielt an. Mentalen Blockaden nähern wir uns liebevoll und lösen sie wirkungsvoll auf.

Einzel-Coachings und Therapiebehandlungen sind während der Woche möglich.

Du erfährst und lernst, wie du auf allen Ebenen wieder der Kapitän deines Lebens werden kannst.

Eine Woche für dich zum Lachen, Wandern, Geniessen – kurz: Eine Woche, in der du **einfach** nur du selbst **sein** darfst.

#### Auf was kannst du dich freuen?

Fixpunkte unseres gemeinsamen Tages sind das morgendliche Faszientraining und das ca. 2-stündige Seminar am Vormittag.

Ansonsten nutzen wir die Zeit zum Wandern, einen Bummel durch das Städtchen, zum Entspannen am Strand, am Pool oder an einer heissen Quelle.

Umrahmt von griechischer Musik lassen wir die Tage in den schönsten Tavernen von Lesbos gemeinsam ausklingen.

Um den individuellen Charakter dieses Seminars zu wahren, ist die **Teilnehmerzahl auf 14** beschränkt.

#### Seminarleitung:

Sandra Waldspurger, Schmerzspezialistin nach L&B und Coach Dr. med. Christina Ebert, Internistin, Palliativmedizinerin und Coach

## Seminarzentrum:

**Milelja Inselgarten in Molivos**, www.milelja-inselgarten.com Unterkunft inkl. Frühstück im Doppelzimmer ab 300€, im Einzelzimmer ab 400€/Person/Woche.

# Seminarpreis:

700€

#### Flugticket:

nach Mytilene (Lesbos). Infos bei Anmeldung. Je früher, umso günstiger sind die Flüge!

### Anmeldung:

über unsere Homepage www.coaching-mit-herz.com/seminarangebote/Anmeldeformulare

Gerne stehen wir für Fragen zur Verfügung: info@coaching-mit-herz.com

Wir freuen uns sehr auf eine spannende Zeit mit dir.

Christina und Sandra



Mehr über uns auf: www.coaching-mit-herz.ch oder info@coaching-mit-herz.com

Sandra Waldspurger • Auf der Halde 1 • CH-8309 Nürensdorf • +41 79 474 83 56 Dr. med. Christina Ebert • Lindentor 6 • DE-36433 Bad Salzungen • +49 170 477 42 73









