

Embodied Evolution

Körperarbeit, Coaching + Prozessbegleitung

3 - 6 Monate, in denen...

- *Du Deine innersten Bedürfnisse, Ziele & Deine authentische Selbstverwirklichung in den Fokus rückst, um wirklich etwas zu bewegen.*
- *Du die Kunst des Stressmanagements & der effektiven Nervensystemregulierung meisterst.*
- *Du tiefere Ebenen Deiner selbst entdecken und mehr Klarheit und inneren Frieden finden kannst.*
- *Du eine innigere Beziehung zu Deinem Körper aufbaust, als je zuvor.*

Embodied Evolution

Körperarbeit, Coaching + Prozessbegleitung

KÖRPERARBEIT

Ka'Huna Bodywork,
Dearmouring;
Chi Nei Tsang

Empfinden

Selbst-
wahrnehmung

Stressabbau

Vertrauen

Offenheit

Klarheit

Präsenz

Bewusstsein

Authentizität

TECHNIKEN/ ROUTINE

Somatische Übungen,
Meditation,
Breathwork

Selbst-
erfahrung

Selbst-
Führung

Fokus

COACHING

Umfeld- &
Werte-Analyse,
Mindset,
Langzeitstrategien,
Alltags-Integration

Embodied Evolution

Körperarbeit, Coaching + Prozessbegleitung

Themenbereiche könnten unter anderem sein:

- *Stress-Management*
- *Selbstverwirklichung & Potenzialentfaltung*
- *Selbstbild & Selbstliebe*
- *Körperintelligenz*
- *Glaubenssätze*
- *Wahrnehmung & Verhaltensmuster*
- *Familie, Herkunft & inneres Kind*
- *Intimität*
- *Partnerschaft & Beziehungen*
- *Sexualität und tieferes Empfinden*

Embodied Evolution

Körperarbeit, Coaching + Prozessbegleitung

Ich begleite Dich mit all meinen Methoden: Tiefgehende Somatischen Sitzungen, Mindset-Coachings, Training in verschiedenen Arten von Nervensystemregulation & vielen Tools für den Alltag.

Zum Beispiel:

3 Monate: EUR 1900.- / 12 Sitzungen ► pro Monat:

► **1 Somatic Deep Dive**

(Gespräch/Breathwork/Massage oder Dearmouring)

+

► **3 Coaching Sitzungen**

oder

3 Monate: EUR 2250.- / 12 Sitzungen ► pro Monat:

► **2 Somatic Deep Dives**

(Gespräch/Breathwork/Massage oder Dearmouring)

+

► **2 Coaching Sitzungen**

Deine Reise zu Deinem authentischen & voll verkörperten Ich kann jederzeit beginnen.

Kontaktiere mich für ein kostenfreies Beratungsgespräch.