

# Centrum für Selfness-Coaching & Work-Life-Balance



MARAS Seminare – Heinz Jürgen Maras – Lindenstraße 2/b – 86579 Waidhofen



## Navigationssystem für ein gesundes Leben Zieleingabe: Ruhe & Harmonie

### Seminarbeschreibung:

Ich nutze Ruhe und innere Harmonie zum Erledigen meiner Aufgaben und zur Erreichung meiner Ziele. Verschließe dich doch nicht vor der Fülle des Lebens, denn alles was du bekommst, was dir begegnet ist dir zur Freude gemacht. Man bekommt nichts, was man in diesen jetzigen Moment nicht gebrauchen würde.

Hören Sie auf Ausreden zu suchen, sondern beginnen Sie Lösungen zu finden für die zu optimierenden Dinge und Situationen.

### Seminardauer:

09:30 Uhr - 16:30 Uhr

### Seminarort:

Siehe unter "Aktuelle Termine"

### Teilnehmer:

maximal 14 Teilnehmer/-innen pro Gruppe

### Seminarinhalt:

- Vorteile von Ruhe, Harmonie und Gelassenheit
- Lernen Sie auf das "Innere Flüstern" zu hören
- Ziel- und aufgabenorientierter Energieeinsatz
- Entspannung - ohne schlechtes Gewissen
- Bewusstwerdung der eigenen Gedanken
- Wie kann ich mich besser konzentrieren
- Schlüssel für neue Ideen und Impulse
- Wieviel Zeit haben Sie zur Verfügung
- u.v.m.

### Seminartermin:

Siehe unter "Aktuelle Termine"

### Seminarkosten:

Pro Person 279.- Euro inkl. MwSt. /  
(ohne Verpflegung und Übernachtungskosten)

**JETZT  
ANMELDEN**

#### Anschrift

MARAS-Seminare  
Heinz Jürgen Maras  
Lindenstraße 2/b  
86579 Waidhofen

#### Kontakt

Tel. + 49 - 84 43 / 9 10 50  
Fax + 49 - 84 43 / 9 10 50  
info@maras-seminare.de  
www.maras-seminare.de

UST-IdNr. DE 18 88 16 838