



Angst & Möglichkeiten

ERLEBNISVORTRAG

02. Dez. 2016

19:00 - 22:00 Uhr

Lebst du schon, oder fürchtest du dich noch?

Wir Menschen sind im Allgemeinen Gewohnheitstiere, denen es schwer fällt ihre eigene Komfortzone zu verlassen. Hast auch du Angst davor, etwas neues auszuprobieren? Oder sogar Angst, dass jemand deine Furcht mitbekommen könnte? Dafür, dass du für deine Angst verurteilt werden könntest, als Feigling, schwach oder inkompetent?

Unsere moderne Kultur lehrt uns, dass Angst ein „negatives“ Gefühl ist und dass etwas mit uns nicht stimmt, wenn wir dieses Gefühl zeigen. Doch das Unterdrücken unserer Gefühle kann Auswirkungen auf unsere Gesundheit haben.

Was wäre, wenn du eine neue Seite der Angst kennen lernen könntest? Eine Sicht, die dir neue Möglichkeiten offenbart? Vertraue deiner Angst vor Veränderung. Stell dich deiner ureigensten Angst, auf eine vollkommen neue Art und Weise:

Hier erlebst du:

- *Wie du deine Angst wahrnehmen kannst und sie dich dennoch nicht blockiert.*
- *Wie dich deine Angst stattdessen unterstützt und weiter bringt.*
- *Wie du mit deiner Angst neue kreative Ansätze erschaffen kannst.*



ANGST & Möglichkeiten ist ein **Erlebnisvortrag** rund um das Gefühl der Angst und birgt Spaß auf höchstem Niveau. In diesem Vortrag untersuchen wir das Territorium der Angst, kreieren neue Sichtweisen zu dem Thema und forschen, wohin diese Erkenntnisse uns führen.

EIN VORTRAG, AUS DER ANGST HERAUS KREIERT:

Termin: Freitag, **02. Dezember 2016**, Beginn 19:00 bis ca. 22:00 Uhr (inkl. Zusammensein)

Ort: Praxis für Körperarbeit (Eingang im Innenhof), Landhausstraße 273, 70188 Stuttgart

Trainer: Johanna Rau & Lisa Kuchenmeister

Investition: zwischen 10 und 30 € nach Möglichkeit und Selbsteinschätzung

Bitte mitbringen: Schreibunterlagen

Info & Anmeldung: Lebe Leichtigkeit | Training & Coaching | Lisa Kuchenmeister
Mobil: 0151 68 45 55 65, E-Mail: training@lebeleichtigkeit.de

WWW.LEBELEICHTIGKEIT.DE