



MÖJLIGHETEN ATT VARA MER AV DIG – män, kvinnor, en kurs för människor!

ALLA FÖRTJÄNAR ATT VÄXA – så donera det du kan/vill i kursavgift. Läs mer nedan.

Kom som du är. Utifrån där du befinner dig. Delta själv, med en vän, partner eller kollega. Den här kursen är främst utformad för att ge dig vägledning att möta DIG som individ – både under helgen och efteråt – vilket innebär att könsfördelningen under kursen är oväsentlig.

Här handlar det om att vara en människa som kan utvecklas på alla plan du tillåter dig. Inte om att kunna eller vara allt, utan om möjligheten att vara någon som du både trivs med och älskar. En människa som har både svagheter och styrkor, som kan generera och bära sin egen energi.

- Hitta ditt lugn, hitta din kraft.
- Fokusera på dig, din energi.
- Vara levande, inte bara vara vid liv.
- Må bra, inifrån och ut.

Gemenskapen, skratten, ärligheten, utbyten och en härlig dos livsglädje får du på köpet:)

STYRKA, SJÄLVKÄNNEDOM, SJÄLVKÄRLEK, SÅRBARHET

När du har din styrka, din självkärlek och kan tillåta, acceptera och bejaka dig – då kan du också expandera i din energi. Få självkännedom genom att studera/känna in dig själv, dina reaktioner, både inifrån och utifrån. Ha/ta kontroll och medvetet kunna släppa den. Då vidgas din komfortzon, då är du också tryggare i att visa sårbarhet, då kan du vara mer genuin i möten med andra.

BALANS, BESLUT, BEROENDE, BEJAKANDE

Fattar du beslut i ditt liv med hjärnan, hjärtat eller magkänslan? Dina tankar, spänningar och flödet i dina energi-centras (chakran) bidrar till fördelningen. Hur påverkar energibalansen din njutning? Behöver du någon som gör dig lycklig för att du ska må bra eller kan/vill du hitta din lycka och bejaka livet inifrån/utifrån dig själv? M a o, tänker du vänta på att någon ger dig en hockeyutrustning för att du ska spela, eller tänker du ordna en själv så du kan vara med i matchen?

EXEMPEL PÅ KURSENS INNEHÅLL & METODER

- o Energimedvetenhet
- o Breathwork
- o Själsmeditation - läkning inifrån
- o Chakran - öppning, stängning och balansering
- o Att jorda dig och att flyga - hitta dina "ankarlinor"
- o Kärlek och sexuell energi - må bra hormon och kraftkällor
- o Beröring, massage, möten - mindset, inkännande & mottagande
- o Yoga och yogistisk/tantriskt förhållningssätt till kropp, själ och sinne
- o Frigörande rörelse

PRAKTISKT

Vi har hela Häverö kursgård för oss själva, ett hus med gedigen känsla av lugn och lantgård. Du sover i ett eget rum (om du inte vill dela) och väljer promenader i naturen eller samvaro framför brasan, utöver workshop-tid. Dusch och toalett finns i korridoren. Medtag eget sänglinne och handduk. Lämna parfym, ljus och måsten hemma.

Under kursen serveras vi fantastisk vegansk, glutenfri och näringsrik mat (frukost, lunch, middag) av Malin Haglund från Spirit Food, Skattungbyn. Har du ytterligare behov av specialkost, kontakta oss/meddela vid anmälan.

Incheckning sker från klockan 18:00 på fredagen 8 nov och kursen startar med middag kl 18:30. Kursen avslutas med att vi fikar vid 16:00-tiden på söndagen 10 nov.

KOSTNAD & ANMÄLAN

Jag önskar att alla som vill, får chansen att göra något för SIG, som kan bidra till ett härligare, levande, liv! Därför erbjuder jag denna kurs med möjlighet att välja:

- Ordinarie kurspris: 2 700 kr inklusive moms, logi, kursavgift etc.

ELLER

- Donation: lägst 1500 kr för att täcka fasta kostnader. Därefter donerar du om/vad du kan/vill.

Notera att mat betalas separat till Malin via swish/kontant på plats: 650 kr.

Anmäl dig genom att mejla till: info@alloflife.se. Invänta bekräftelsemejl med information om att du fått en plats och betala därefter in 1500 kr som anmälningsavgift, tillika donations-bas, för att säkra den. Resterande ordinarie (1200 kr) eller donation betalas under kursen eller efteråt, senast 31 dec 2019. Anmälningsavgiften återfås ej vid utebliven närvaro, du kan däremot överlåta din plats. Begränsat antal deltagare.

Vid faktura till företag gäller ordinarie kurspris, inkl moms. #Personlig utveckling #Hälsa

VARMT VÄLKOMMEN!

Är det här en kurs för dig? Kontakta gärna mig för frågor innan du anmäler dig:
0706-999 566 /Sara Stenlind

Läs mer OM på www.alloflife.se