



# Bewegungs

# FREIHEIT

Hatha-Yoga &  
Emotional Freedom Techniques

Achtsamkeit und  
Bewusstsein

Auflösen von  
Mustern und Blockaden

Innere Freiheit

Sonntag, 28.06.2015

Sonntag, 15.11.2015

Eichenau 13.30- 18 Uhr

# Hatha-Yoga & Emotional Freedom Techniques

Diese einzigartige Kombination von **Hatha-Yoga** und **EFT-Klopfakupressur** ermöglicht Ihnen, Ihr persönliches Potential an Kraft, Gelassenheit und Lebensfreude zu entfalten.

Durch achtsame **Yoga**-Übungen in Verbindung mit dem Atem schaffen Sie eine innere Harmonie zwischen Körper und Geist. Auftauchende belastende Emotionen, hinderliche Gedanken oder körperliche Stresssymptome können Sie sofort durch die **Klopfakupressur** vermindern oder auflösen.

Für beide Techniken benötigen Sie Neugierde und Offenheit, jedoch keine Vorkenntnisse!

## BewegungsfREIHEIT

Die Workshops finden von 13.30 - 18.00 Uhr in Eichenau statt und kosten jeweils 70,- € p.P.

**Anmeldung:** [claudia.wuest@lebenslu.st](mailto:claudia.wuest@lebenslu.st)  
Telefon 08141 - 62 56 03



[nikola.lohbrandt@kabelmail.de](mailto:nikola.lohbrandt@kabelmail.de)  
Telefon 08141 - 53 96 25

## BewegungsfREIHEIT



### Claudia Wüst

EFT-Coaching und Training  
[www.lebenslu.st](http://www.lebenslu.st)

### Nikola Lohbrandt

Yoga-Lehrerin BDY/EYU