



Epizentrum



Was erwartet dich?

In deiner persönlichen Einführungsstunde machen wir dich vertraut mit allem, was du für den Powerstart in die My Daily Revolution brauchst – ganz auf dich persönlich zugeschnitten: Du hast dringende Anliegen? Du brauchst dein eigenes Tempo? Oder du bist spontan und einfach neugierig?

So oder so – du bist herzlich willkommen!

Wir arbeiten mit Methoden der körperorientierten Psychotherapie, mit konkreter Lösungsfindung für Probleme und Anliegen im systemischen Zusammenhang, mit Gefühlsarbeit und Vergangenheitsbewältigung, mit Intensivatmung, kommunikativer Prozessarbeit und Coachings.

Du selbst gelangst auf diese Weise – durch die nicht gerade alltägliche Arbeit mit dir selbst und deinem Körper – an wertvolle Informationen über dein Leben, die dich mehr als nur verblüffen werden. Du bist um so vieles spannender und reicher an ungenutzten Potenzialen, als du glaubst!

Kein anderer Mensch kann dir diese unglaublich wertvollen Einsichten in dein Leben geben. Nur du allein kommst da ran. Wir sagen dir, wie du das konkret anstellst, wie du dann damit umgehen kannst und wie genau du schliesslich grossartigen Nutzen daraus ziehst.

Zusammen mit diesen neu gewonnenen Einsichten und Informationen setzt du und dein Körper ungeahnte Kräfte und Fähigkeiten frei, aber auch Gefühle und Gedankenanstösse. Und das alles zu deinem Nutzen im Alltag, in der Beziehung, bei der Arbeit und bei vielem, vielem mehr!

„Ich wusste nicht, wie viel ungemein Wichtiges es noch gibt in meinem Leben, wovon ich bisher keine Ahnung hatte. Ich denke nun, dass ich einfach nicht hinschauen wollte; aber bewusst war mir das nicht.“ – Antje, Verkäuferin & Yogalehrerin, Bern

„So etwas habe ich noch nie erlebt, auch nach einer Woche bin ich noch völlig eingenommen, von was da passierte. Es war ein gewaltiger Schub und wohin das führt, werde ich noch herausfinden.“ – Hanspeter, Hotelmanager, Interlaken

Melde dich jetzt kostenlos und unverbindlich für eine Einführungsstunde an (Klicken!)