

Kursangebote für Akademie WeitBlick (Familien-Sommer-Zeit)

„Erkenne den Clown in Dir“

Gerade in der heutigen Zeit ist es wichtig, seinen Humor und die Freude am Leben beizubehalten. Sowohl die Kinder, als auch die Erwachsenen sind mit besonderen Herausforderungen des Alltags konfrontiert. Wie schön ist es da, wenn wir zeitweise in eine bunte Welt eintauchen, um das Leben zu genießen und mit anderen Augen betrachten können.

Kursziel:

In diesem Workshop gehen wir auf die Suche nach dem „Clown“ in dir. Wir lernen in die verschiedensten Gefühlswelten des Clowns einzutauchen und damit zu spielen. Diese Erfahrungen helfen uns verschiedene Situationen im Alltag humorvoller anzugehen.

Inhalt:

- lustige Aufwärmspiele
- mit Gefühlen spielen
- verschiedene Tempi
- Mut zum «anders sein»
- der Clown und ich im Alltag

Leitung:

Margit Hinterreiter ist akadem. Mentalcoach, NLPaed Lerncoach, dipl. Lebens- und Sozialberaterin, WBA-zertifizierte Erwachsenenbildnerin, Suggestopädin, Atemrhythmisch fundierte Pädagogin, Heilpädagogin und Ganzheitstherapeutin, CliniClown.

Teilnehmer:	mind. 5 – max. 12
Beginn/Dauer	Dienstag, 20.07.2021 von 10 – 12 Uhr (Workshop für Kinder) Dienstag, 20.07.2021 von 14 – 17 Uhr (Workshop für Erwachsene)
Ort	Seminarraum Akademie WeitBlick
Kosten	€ 60,00 (für Kinder) € 80,00 (für Erwachsene) 20 % Ermäßigung für Familien
Mitbringen	Schreibmaterial, zu große, zu kleine, zu weite, alte Klamotten und Schuhe aus Oma's und Opa's Schrank



Kontakt:

www.deinmentalcoach.net
Lehrer-Frick-Straße 19
6805 Gisingen
Tel. +43 650 330 11 29
mh@deinmentalcoach.net

Die Macht meiner Gedanken

Schon Henry Ford sagte: „Ob du denkst du kannst es, oder du kannst es nicht, du wirst auf jeden Fall Recht behalten!“

Gedanken sind ein mächtiges Instrument unseres Lebens. Wird der Fokus auf Erfolg gerichtet, so ist die Garantie dafür auch sehr hoch. Lenken wir die Gedanken jedoch auf Misserfolg, so wird der Weg zum Erfolg sehr mühsam und kaum erreichbar. Wir blockieren uns selbst.

Kursziel

In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden ihre Gedanken zu kontrollieren und für sich gewinnbringend einzusetzen. Durch den Einsatz mentaler Techniken werden neue Gedankengänge möglich, die uns helfen alte Muster zu durchbrechen und den Alltag besser zu bewältigen.

Inhalt

Mentale Veränderung braucht Zeit. In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden ihre Gedanken zu kontrollieren und für sich gewinnbringend einzusetzen!

1. Stress abbauen
2. Energie tanken
3. Positive Ausstrahlung gewinnen

Leitung

Margit Hinterreiter ist akadem. Mentalcoach, NLPaed Lerncoach, dipl. Lebens- und Sozialberaterin, WBA-zertifizierte Erwachsenenbildnerin, Suggestopädin, Atemrhythmisch fundierte Pädagogin, Heilpädagogin und Ganzheitstherapeutin, CliniClown.

Teilnehmer:	mind. 5 – max. 12
Beginn/Dauer	Montag, 19. Juli 2021 von 14 bis 17 Uhr
Ort	Seminarraum Akademie WeitBlick
Kosten	€ 80,00 (inkl. Skripten)
Mitbringen	Schreibmaterial



Kontakt:

www.deinmentalcoach.net
Lehrer-Frick-Straße 19
6805 Gisingen
Tel. +43 650 330 11 29
mh@deinmentalcoach.net