

EN DELKURS I DITT MAGISKA LIV

NÄRANDE

SENSOMMAR

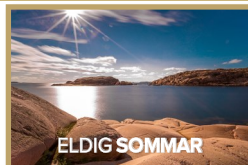
SENSOMMAREN ÄR TID FÖR

NÄRING • MOGNAD • BALANS • INRE STYRKA • STABILITET

- ✓ Ökad självkänsla och självförtroende
- ✓ Ökad trygghet i dig själv och en känsla av att vara grundad
- ✓ Ökad lyhördhet
- ✓ Övningar som stärker din core, din kärna, och din balans
- ✓ Insikt om kroppshållningens betydelse för välmående
- ✓ Kunskapen om vikten att äta medvetet, Mindfull Eating
- ✓ Kunskap om hur mat och tankar påverkar din hälsa
- ✓ Stimulans av lymfsystemet och stärkt immunförsvar
- ✓ Plan för ett liv med harmoni och egentid
- ✓ Medvetenhet om din egen utveckling

Sensommaren karaktäriseras av näring, mognad, balans, inre styrka och stabilitet. Det är tid att skörda vad du sått. Det du planterade i ditt liv har nu vuxit och är redo att njutas. I Sensommarens workshop fokuserar vi på att göra övningar som hjälper dig att smälta sommarens alla intryck, centrera dig och ge dig näring både mentalt och fysiskt. Eftertanke hjälper dig att välja det som stärker dig och välja bort det som inte är bra för dig. Det gör att du blir grundad och trygg i dig själv när du nu går in i en ny fas.

DITT MAGISKA LIV BESTÅR AV NEDANSTÅENDE 5 DELKURSER



Ditt magiska liv är en unik utbildning där du får kunskap om hur du **maximerar din fysiska och mentala hälsa**, hur du tar dig **från kaos till klarhet**.

Med arbetsboken och steg-för-steg-programmet bibehåller du momentum, inspirationen och håller energin uppe och, förutom att uppfyllas av större självkänsla, självförtroende och större tillit till dig själv, så kommer du att kunna uppleva kontinuerliga framgångar i livet. Dessa kommer ge dig glädje, lycka och uppfyllelse i livet. Du kommer att bli starkare och starkare som individ och du kommer att få uppleva ett liv fyllt av daglig magi.

LÄS MER OM VÅRA UTBILDNINGAR OCH ANMÄL DIG PÅ HEMSIDAN!



Blissful living hjälper människor till ett liv i överflöd, att kunna leva medvetet och att njuta av livet till fulla. Vi vill visa både kvinnor och män hur de på ett enkelt och lustfyllt sätt kan maximera sin fysiska och mentala hälsa utifrån ett helhetstänk genom steg-för-steg-program och enkla övningar anpassade för såväl Kropp, Själ & Sinne. Våra utbildningar och retreats ger dig unika upplevelser och insikter för att finna ditt folkus, lust och glädje. Vi hjälper dig även att se kopplingen till en större medvetenhet, att du är en unik varelse som är den del av en större helhet, att upptäcka din livsuppgift, att leva med medvetenhet och utifrån tacksamhet och förlåtelse skapa ett magiskt liv.