



**Daniela Schlegel**  
kraftvoll im Leben stehen

## Emotional walk and distress® - Tageskurs

Samstag, 5. September 2020 10.00 - 16.00 Uhr

Mittwoch, 30. September 2020 10.00 - 16.00 Uhr

Samstag, 21. November 2020 10.00 - 16.00 Uhr

**Lauf den Stress weg - für jede Altersgruppe geeignet**

**Stressabbau durch bilaterale Hemisphärenstimulation  
rechts/links Impulse der beiden Gehirnhälften**

Der eintägige Kurs **Emotional walk and distress®** ist sehr praxisorientiert, sofort umsetzbar und beinhaltet:



Kurzweilige, verständliche Inputs und Tools aus den Modulen Kommunikation und Welt der Blockaden

Einführung in die Methode **Emotional walk and distress®** - Theorie

Üben, begleiten, selbst-erfahren, erkennen, erleben, wie ein bewusster Spaziergang in Zusammenhang mit einer belastenden Emotion, viel Leichtigkeit und ein neutrales Gefühl zu einem Thema ermöglicht.

Dadurch ist es erst möglich: zu reflektieren und neue, eigene Ideen und Lösungen zu finden.

Handout und Zertifikat

**Emotional walk and distress®**- Practitioner

**Seminargebühr: CHF 330.00 / Person**

**Anmeldungen unter:**

Coaching Center Schlegel GmbH  
Eintrachtstrasse 11, 8820 Wädenswil  
[www.fam-coaching.ch](http://www.fam-coaching.ch)

Telefon: +41 43 541 81 68  
[daniela.schlegel@fam-coaching.ch](mailto:daniela.schlegel@fam-coaching.ch)  
[www.danielaschlegel.ch](http://www.danielaschlegel.ch)