

Alle sagten das geht nicht,- da kam einer der wusste das nicht und hat`s einfach gemacht.

Herzlich Willkommen, es freut mich dass Du Dir Zeit nimmst um mehr von mir und meinem TUN zu erfahren.

Nach vielen Jahren intensiver Yogapraxis und dem Aufbau und führen eines eigenen Yoga-Center, wo ich zusammen mit meinem Team unter anderem auch Yogalehrer ausbilde, führte mich mein Weg zu Robert Betz und der Transformations-Therapie.

Diese wertvolle und zu meiner Arbeit ergänzende Methodik welche direkt vom Kopf ins Herz führt, begeisterte mich auf Anhieb.

Das Bewusstsein der Urkräfte und diese als Werkzeug zur Verfügung zu haben, kombiniere ich zusammen mit leichten Körperübungen individuell angepasst, sowie mit Achtsamkeitstraining, Atemtechniken und der Meditation.

Vielleicht..... Viel – leicht!

*Vielleicht,- hast du dir schon oft gesagt, dass du etwas für deine Gesundheit tun solltest.

* Vielleicht,- hast du dich mit Sport, Gymnastik, Autogenem Training oder mit Meditation beschäftigt.

* Vielleicht,- hast du Dich für Psychologie oder Philosophie interessiert und bist auf der suche nach einer Praxis, welche dir dabei hilft, das was du mit deinem Kopf erkannt hast, in deinem ganzen Wesen zu verwirklichen.

* Vielleicht,- hat dich auch das Schicksal aufgerüttelt und du bist mit deinem Lebenskonzept an eine Grenze gekommen.

* Vielleicht bist du gestresst, stark gefordert in deinem Beruf oder in deinem privaten Leben. Du musst gute Resultate erbringen, stehst unter Druck und empfindest die Hektik des modernen Leben als Belastung.

Wir alle sehnen uns nach Ruhe und Entspannung, nach psychischer Harmonie, wollen unsere Konflikte los sein und endlich ein Leben führen, in dem wir in Kontakt mit unseren inneren Kraftquellen sind.

Entscheidung

- Ein Ziel meiner Arbeit besteht darin, die Bewusstheit für die eigenen Entscheide und die Kenntnis, der eigenen Motive zu erhöhen. Dies ist ein Grundstein dafür, dass wir unser Schicksal wirklich selbst in die Hand nehmen können.
- **Die Transformations Therapie ist eine kraftvolle Praxis**, die in einem Menschen in kurzer Zeit erstaunliche Veränderungen bewirken kann.
- Alle der oben erwähnten Ziele sind erreichbar und viele andere kämen noch dazu.

«Willst Du NORMAL sein oder GLÜCKLICH «

Robert Betz

Diese Frage hatte mich selbst sehr Inspiriert aber auch «geföhlt beschäftigt». Ich habe mich daran erinnert das ich bereits als Kind eine Entscheidung getroffen hatte: »Ich möchte immer glücklich sein« !!!

Doch mein Lebensplan hatte anderes mit mir vor....

Von etlichen Operationen und Körperlich wie auch Seelischen Schmerzen geprägt, entschloss ich mich sehr früh zu kämpfen und alles dafür zu tun um «Normal» zu sein und zu Beweisen.

Das Glück blieb irgendwann auf der Strecke...wenn auch nicht Bewusst. Durch meine Arbeit als Transformations Therapeutin kombiniert mit Yoga, fand ich den Weg zurück vom Kopf ins Herz und zum Glücklich sein.

Dafür bin ich jetzt unendlich Dankbar.

Ich freue mich, mit Dir gemeinsam diesen Weg zu gehen und in vollem Vertrauen den Sprung ins «Glücklich – Sein» zu wagen.

Vertrauen, die stillste Form von Mut

Vita:

Jahrgang 1968 Geboren in den Schweizer Bergen
Yogalehrerin SYV/EYU,
TT-Therapeutin / Coaching nach Robert Betz
Erwachsenen Ausbilderin FA
Ausbildungsleiterin Yoga Lehrer Ausbildung in Chur
Dozentin / Referentin Yoga University Villeret Schweiz
Yoga Therapeutin SYV/ EYU
Tibetan Spiritual Coach
Organisation von Seminaren in der Erwachsenenbildung
Begleitung von Menschen in Herausfordernden Lebensphasen
Happy Life - Yoga/ Coaching
Ferienseminare auf Bali
Alltags Aus- Zeiten an Wochenenden in der Schweiz
Mutter 3 Erwachsener Kinder
Über 25 Jahre Erfahrung

Termine nach Vereinbarung / Vorausbezahlung oder vor Ort in Bar/Twint

Erste Sitzung à 90 min = 180.- sfr

Jede weitere Sitzung à 90 min = 170.- sfr

Empfohlenes Paket nach der ersten Sitzung:

4 Präsenz Sitzungen à 90 min = 600.- sfr gültig 2 Monate

Ort:

Yoga Pyramide
Rabengasse 10,
Haus Turteltaube,
CH- 7000 Chur

Info & Termine: Beatrice Loringett Tel :078 766 33 80 info@yoga-savitar.ch

Wohin Du auch gehst, geh mit deinem ganzen Herzen.

Konfuzius