

241-A30611 Das Wohlfühlgewicht - Workshop

Beginn	Freitag, 14.06.2024, 18:30 - 20:30 Uhr
Kursgebühr	126,00 €
Dauer	3 Termine
Kursleitung	Gerhard Schmidt
Informationen	Bitte mitbringen: ggf. eigene Matte, warme Socken, bequeme Kleidung, Decke und kleines Kissen.
Kursort	Arnstein - Schwesternhaus, großer vhs-Raum, Marktstraße / Kellereigasse / Treppe am Rathaus, 97450 Arnstein

Gewicht zu reduzieren in Zusammenhang mit Hypnose kann eine Methode sein, um dieses Ziel tatsächlich zu erreichen. Wirkliche Veränderungen in unserem Körper finden in unserem Unterbewusstsein statt. Genau da setzt die Hypnose ein. Sie kann dabei auf mehreren Ebenen wirken:

- die Nahrungsaufnahme wird eingeschränkt, ohne dass man hungert,
- das Hungergefühl verschwindet,
- Körperfett wird abgebaut,
- das Unterbewusstsein bekommt eine neue "Idee", wie der Körper aussehen soll.

Man ernährt sich gesünder, bewegt sich mehr und nimmt nach und nach ab, ohne Verzichtsegefühl.

Der Referent ist (u.a.) Heilpraktiker Psychotherapie (HPG), zertifizierter Hypnosetherapie nach der NGH - (national guild of hypnotists).

Kurs zum Einführungsabend A30610

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
14.06.2024	18:30 - 20:30 Uhr	Arnstein - Schwesternhaus, großer vhs-Raum
21.06.2024	18:30 - 20:30 Uhr	Arnstein - Schwesternhaus, großer vhs-Raum
28.06.2024	18:30 - 20:30 Uhr	Arnstein - Schwesternhaus, großer vhs-Raum

[zur Kursdetail-Seite](#)