

2021  
KRAFTVOLL  
WACHSEN  
Eine Intensivwoche








Ruth Jay  
INSPIRATION & LEBEN

## KRAFTVOLL WACHSEN - EINE INTENSIVWOCHE

In dieser intensiven Wachstumswoche gehst Du einem Thema nach, das dich schon länger beschäftigt. Das kann z.B. ein körperliches Symptom sein, etwas Störendes in Beziehungen, eine Blockade irgendwelcher Art, Lust auf Veränderung - Du siehst: Alles was Dich beschäftigt und woran du etwas verändern möchtest, kannst du als Thema für diese Intensivwoche nehmen. Es ist Dein Leben, welches Du jetzt, heute hast und Du kannst lernen es frei zu gestalten. Denn nur Du trägst die Folgen - egal, ob Du es selbst gestaltest oder Dich anpasst.

## WACHSTUM IST LIEBE. LIEBE BEGINNT MIT ZUWENDUNG.

Als erstes wenden wir uns Deinem Thema zu und schaffen den Boden für Veränderungen. Dann lösen wir Blockaden und entfernen Filter mit folgenden Tools:

-  Kinesiologische Balancen einzeln und in der Gruppe. Dafür gibt es einen individuellen Stundenplan.
-  Meditationen, Bilderreisen, Atemübungen - der Weg in die Stille und ins Herz hinein
-  Systemische Arbeiten - Bodenanker  
Wir wagen einen Blick ins Familiensystem
-  Körperübungen, um die Haltung zu verändern
-  Seil-Trennungsritual. Das wirkungsvolle schamanische Ritual, um sich von Aspekten oder Personen zu trennen.

DATUM	Montag - Freitag 16. - 20. August 2021
KURSZEITEN	09 - 17h Abweichungen sind möglich wegen individuellem Stundenplan
INVESTITION	Fr. 1,500.-
KURSLEITUNG	Ruth Day
MITNEHMEN	Bequeme Kleidung, warme Socken Schreibzeug Mittagessen kann mitgebracht werden
VORHANDEN	Meditationskissen, Decke
SEMINARORT	Sonnenhofstrasse 26 8132 Egg ZH Praxis Ruth Day
ANMELDUNG	schriftlich über die Website <a href="http://www.ruthday.ch">www.ruthday.ch</a>
FRAGEN	beantworte ich gerne telefonisch Ruth Day: 079 455 04 80



## KURSLEITUNG

RUTH DAY

Sonnenhofstrasse 26  
8132 Egg b. Zürich

079 455 04 80

ruth@day.li

www.ruthday.ch

www.sensaverum.ch



*Ich bin dem Leben auf der Spur...*

...und inspiriere Dich Dein Leben in beide Hände zu nehmen, Dich Deiner Freiheit zuzuwenden, Dein Glück selber zu schmieden. Stelle Dich in den Mittelpunkt deines Lebens! Das gibt Selbstvertrauen und Kraft.

*Lass Dich auf das Abenteuer Leben ein.*

*Ich zeige Dir Wege, baue Brücken, begleite Dich achtsam.*

Weil mein Leben so reich an Leben ist, an Erfahrenem, an Herausforderungen, an Wachstum und an Liebe kann ich aus dem Vollen schöpfen, ob in meiner Praxis, in Workshops, auf dem Feld beim Familienstellen oder in Ausbildungen.

*Weil das Beste am Leben das Leben selbst ist.*

