

Mental träning

16-17 Juli
Phonobel Studio

Vill du få en klarare bild om vart du vill i livet, och hur du tar dig dit?

- Lär känna dig själv i nuet

Under dagen får du färsk fakta, konkreta verktyg och vägledning att hitta just den formen av medveten närvaro som passar dig. Du kommer att bli bättre på att hantera stress, förstå dig själv och se fler möjligheter.

- Formulera, visualisera och affirmera dina livsmål.

Nu får du lära dig på vilket vis dina nyvunna kunskaper i medveten närvaro, kan hjälpa dig att skapa den tillvaro du vill leva. Öka chansen att få din drömsysselsättning, stärka dina relationer och må bra!



Kursledare
Anneli Vitterskog

Pris

Helgkurs

1590:-

Begränsat antal platser

Mer info om kursen

www.phonobel.se/kurser

Phonobel

Utbildning & Kultur

Kurssamordnare:

Johan Hultman

0708- 89 04 40

johan@phonobel.se