

# Feel free

## WIE LOSLASSEN GELINGT!

**Vortrag:** Mittwoch, 28.10.2020 19-20.30 Uhr  
**Workshop:** Samstag, 14.11.2020 10-17 Uhr  
in Bobingen, Saal Bäurle, Augsburger Str. 9

*Für Männer und Frauen,  
die selbstbewusst und mutig IHREN eigenen Weg gehen möchten!*

**VORTRAG:** Einführung - Warum Loslassen gar nicht so einfach ist!

Was uns hindert, wirklich loszulassen und warum wir oft an Dingen oder Menschen so festhalten

25 Euro

**WORKSHOP:** Techniken, wie es dir gelingt, wieder frei zu sein!

In Übungen, Meditationen und Gruppenarbeit erfährst du mehr über dich und deine Tendenz, an Dingen oder Menschen festzuhalten - denn erst diese Erkenntnis bringt dich dazu, auch zu wissen, warum und wie du loslassen kannst!

199 Euro

**Bei Buchung von Workshop und Vortrag zusammen**

209 Euro

### Seminarleitung:

Claudia Rühm  
Coaching für Lebensfreude & Erfolg  
im Gesundheitscenter Orbis vitae  
Hermann-Löns-Str. 4  
86316 Friedberg  
www.claudia-ruehm.de

### Assistenz, Anmeldung und weitere Infos:

Daniela Lüdke  
E-Mail: [Danny206@gmx.de](mailto:Danny206@gmx.de)

Tel. 0179 / 59 39 156