



# TAGESSEMINAR

## Durch Körperbewusstsein & Wahrnehmungsschulung ins Wohlfühl



NADJA WERTHMANN

ENERGIE | KÖRPER | SPIRITUELLE ARBEIT

Dieser Tag lädt dazu ein, die Aufmerksamkeit und Achtsamkeit zu sich selbst zu schulen. Unser Nervensystem darf zur Ruhe kommen und neue Informationen aufnehmen. Mehr Körperbewusstsein, Wahrnehmung und Wohlfühl entsteht.

Durch die präesente Berührung von Menlha Touch®, eine Berührung, die aus dem Herzen kommt, in Begleitung von Zapchen Somatics Basisübungen werden Körper, Geist & Seele eingeladen:

- sich ganzheitlich zu erfahren.
- festgefahrene Muster, Blockaden, sowie festsitzende Energien liebevoll zu berühren und zu lösen.
- sich wohl zu fühlen, auch wenn die Umstände schwierig sind.
- Lebendigkeit entstehen zu lassen.
- Grenzen wahrzunehmen.
- Ängste aufzulösen.
- Liebe und Frieden in sich zu erfahren.



Melde dich jetzt an und erfahre einen neuen Zugang zu dir selbst. Ich freue mich, dich dabei unterstützen zu dürfen.  
Nadja

**02.02.2025**

10:00 - 17:00 incl. Pause

Kosten 129,- Euro

**Veranstaltungsort Yoga Pur**  
**Keplerstr. 11 , 72762 Reutlingen**  
contact@nadja-werthmann.de

Weitere Informationen  
[www.dakinisomatics-werthmann.de](http://www.dakinisomatics-werthmann.de)