alcelsa®
das leben beflügeln

Wird dein Leben von Machen und Müssen bestimmt? Fühlst du dich getrieben statt gelassen?

Alcelsa® – ganz & stimmig leben.
Kurse und Seminare in St. Gallen

WWW.ELISABETHBRUEHWILER.CH

Frei werden – statt bearbeiten. Lass abfallen, was dich hemmt. Nicht, indem du mental am Problem arbeitest, sondern indem dein Wesenskern den zugrundeliegenden Mangel stillt.

Wie geschieht das? Als Vorbereitung machen wir Alcelsa®-Körperübungen, die dein System lockern. Musik lädt dich ein, dich zu bewegen. Weitere Alcelsa®-Übungen helfen dir, dich noch tiefer auf deinen Wesenskern einzulassen. Der Anteil, der im Mangel ist, wird gesättigt. Innere Belastungen fallen ab und dein Wohlgefühl verstärkt sich. Du bist in einem neuen Erfahrungsraum – das wirkt bis in die Physis. Im Alltag kann sich dadurch ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben freisetzen. Die Grundlage für den gesamten Prozess ist dein Wesenskern. Während des ganzen Kurses bist du von mir und im Alcelsa®-Raum getragen.

Aktuelle Kurse und Infos zu Themen wie: «Wieder Lust aufs Leben» und «Gelassen statt getrieben».

Ich freue mich auf dich.
Herzlich, Elisabeth

Elisabeth Brühwiler
Alcelsa®-Begleiterin
Praxis + Kursraum in 9000 St. Gallen
info@elisabethbruehwiler.ch
www.elisabethbruehwiler.ch
www.alcelsa.com

geprüfte Alcelsa-Begleiterin

geprüfte Alcelsa-Kursleiterin