



Der richtige Start in den Urlaub:

Fitness für den Feinstoffkörper

Sich erholen, Urlaub genießen können – ob zu Hause oder in der Ferne, am Strand oder in den Bergen – hängt von Ihrem Feinstoffkörper ab. Die Feinstoffkörper sind als Hülle um den physischen Körper und als Ausstrahlung erlebbar. Oft ist uns nicht bewusst, warum wir uns an einem Tag wohlfühlen und voller Energie sind, und am nächsten Tag bedrückt und energielos. Die Feinstoffkörper reagieren auf das Feinstoffliche in der Umgebung, was wir als Atmosphäre eines Raumes oder Ausstrahlung anderer Menschen erleben.

Sie trainieren Ihren physischen Körper und es tut Ihnen gut. Auch Ihr Feinstoffkörper freut sich über Training.

Kostenlose Einführungsveranstaltung:
für neue Kurse ab August

Der richtige Start in den Urlaub – Fitness für den Feinstoffkörper

ELAN Health Club, Drakestr. 51, Berlin

Mittwoch, 22. Juli 09 19:30 Uhr

Keine besondere Kleidung erforderlich,
leichte Übungen im Sitzen und Stehen

Trainer: Jörg-Christoph Lüttgau, Feinstofflehrer

Göthertsche Methode®

Lehre des Feinstofflichen

Die Göthertsche Methode ist eine Methode, um das Feinstoffliche, was uns jederzeit umgibt, bewusster wahrzunehmen und achtsamer damit umzugehen. Die Methode wurde von Ronald Göthert in jahrzehntelanger Forschungstätigkeit entwickelt.

Emotionen wie Wut, Euphorie oder Niedergeschlagenheit, die manchmal wie aus dem Nichts zu entstehen scheinen, haben ihre Ursache im Feinstofflichen. Mit der Göthertschen Methode kann man diese Phänomene verstehen und erreichen, dass man ihnen nicht mehr hilflos ausgesetzt ist.

Was haben Sie davon?

Durch die Übungen zur bewussteren Wahrnehmung des Feinstofflichen, die man in dem Kurs „Fitness für den Feinstoffkörper“ erlernt, kommt die Lebensenergie besser in Fluss:

- Man fühlt sich lebendiger
- ... hat mehr Energie
- ... kann besser mit Stress umgehen
- ... kann von anderen weniger leicht aus der Balance gebracht werden
- Größere Konzentrationsfähigkeit
- Ein Gefühl von Geborgenheit, wo immer man sich befindet.
- Verbesserung der Intuition und Inspiration
- Die eigene Persönlichkeit kann sich mehr entfalten