



Oletko ehkä pysähtynyt pohtimaan;

Mitä on naiseus? Mitä sinulle merkitsee olla nainen? Millainen nainen olet sisimmässäsi? Tiedätkö omat tarpeesi naisena vai oletko antanut ulkopuolelta määritellä itsesi, naiseutesi?

Kurssilla;

- Teemme harjoitteita, jotka nostavat esiin sisälläsi uinuvaa viisautta ja valoa
- Taianomaisia ohjattuja meditaatioita ja mielikuvamatkoja, jotka auttavat pysähtymään itsesi, tunteidesi ja naiseutesi äärelle
- Keskusteluita ja ryhmätöitä aiheista, jotka johtavat parempaan ymmärrykseen, upeasta naiseudestamme ja sen vahvistamisesta
- Hauskanpitoa vanhasta itsestä vapautuen
- Seksuaalisuuden pohdintaa
- Tutustumme eteerisiin öljyihin ja niiden harmonisoiviin vaikutuksiin liittyen naiseuteen, jokainen saa mukaansa näytteen

Löydä oman naiseutesi valo-kurssi on upea tapa oppia lisää itsestäsi naisena, vapautua vanhoista kipeistä kokemuksista, inspiroitua löytämään se täydellinen nainen, jollaiseksi sinut on tarkoitettu sekä löytämään naiseutesi valo ja voima.

Kurssin hinta; 140€ sis.alv.24% mahdollisuus maksaa 2 erässä

Kurssi sisältää kahvin/teen, pikku purtavaa ja materiaalit päivästä, otathan omat eväät mukaasi

Kurssipaikka; Terveyskeidas, Hämeenpuisto 8, Tampere

Ilmoittautuminen; Jaana/040-4157977 tai
juurtumistaitseeni@gmail.com

Kurssin vetäjä; Jaana Hakanpää Henkisenkasvun ohjaaja,
Tietoisuustaito ohjaaja, Mindfulness meditaatio ohjaaja,
Hyvinvointivalmentaja

Minna Helminen Hyvinvointivalmentaja, Naurujooga ohjaaja,
Henkisen hyvinvoinninvalmentaja

Lisätietoa kurssista löydät ; juurtumistaitseeni.nettisivu.org/kurssit
(min. osallistujia määrä)