



Sanftes Yoga - Morgenstimmung am Meer

Bewegen & Innehalten mit Gabriele Pesl

- **Strandspaziergang mit allen Sinnen**
- **Herz öffnen und Atemübungen**
 - **Sanfter Sonnengruß**

Zum kennen lernen, vor Ort buchbar

Ayurveda Massage

Kopf frei – 32 Punkte am Kopf

Individuelles Gespräch „Sei der Kapitän Deines Schiffes“.

Termine nach dem Seminar: abends bzw. SO/DI ab 15:00 Uhr

Jeweils 30 min., 40,- Eur



SA 08. - SO 09 Juni 2024, 08:00 - 09:50 Uhr
Treffpunkt Foyer, Hotel Eden mit Gabriele Pesl



Sei der „Kapitän“ Deines Schiffes!

Die Lehren der KAHUNAS Ureinwohner Hawaiï's

Wir „kommen“ hier auf die Erde und „gehen“ wieder...
...doch WAS und WIE ist es „dazwischen“... **Dein Leben!**

**Die Gesetzmäßigkeiten/Naturgesetze „praktisch verstehen“ lernen.
Wie beeinflussen bzw. unterstützen sie uns.**

Reflektion: Orientierung & Neu-Orientierung,
Wie „ticke“ ich?! - Ich bin OK – Du bist OK
Ethik – Mentaltraining – Meditation

Willst Du erfüllt, glücklich, geliebt und wert-geschätzt sein?!
Du bist „Gestalter und Kapitän“ Deines Lebens!

Persönlich – Beruflich – Gesundheitlich – in Beziehungen



SA 08. Juni 2024, 10:30 – 15:30 Uhr, Pause ca. 30 min – mit Buffet
SO 09 Juni 2024, 10:30 – ca. 14:30 Uhr

Seminarraum Dependance Hotel Eden, mit Rev. Franziska S. Valenta



Gabriele Pesl

• **Tanz-Bewegungs- und Gesundheitstrainerin** mit Ayurveda und Yoga Praxis, St. Georgen im Attergau

Autorin: AUSZEIT „Wohlfühlen kauma guat im Salzkammergut“
Inhalt: Wohlfühlen im Körper, Geist und Seele. Impulse und Anregungen, sowie Impressionen für Deine persönliche Auszeit.

Kontakt und Anmeldung

TEL 0664 – 48 86 385 EMAIL pesl.gabriele@aon.at www.gabriele-pesl.at



Franziska S. Valenta Rev. 

WORK-LIFE BALANCE

• **Lebens- & Berufsmanagement • Int. Friedenskonferenzen seit 2004**

Dipl. Lebens & Sozialanalytikerin, Reverend der Ökumene (Theologie & Philosophie) ausgebildete Sängerin, Schwerpunkt Musiktherapie, Mentaltraining, Meditation, ZEN, Psychohygiene. Aus- und Weiterbildungen in Europa und USA.

„leichter leben“ ETHIK Abende: Je. 1. MI 18:45 h Sisterly, St. Georgen i. Attergau
Je. 3. MI 18:15 h Rudolf Steiner Schule, Salzburg Mayrwies

Individuelles Gespräch: nach Vereinbarung

Kontakt TEL 0660 – 85 00 662 | EMAIL global-humanistic-valenta@gmx.at

Compactseminar Preis: 210,- Eur inkl. SA Mittagsbuffet

Alle Veranstaltungen auf eigene Verantwortung, Änderungen vorbehalten
Höchstteilnehmerzahl 12 Personen – die Annahme erfolgt nach Reihung der Anm.
Empfohlene Hotels: Hotel Eden, Villa d` Este – Grado Italien
Zahlung: IBAN: AT33 3451 0000 0764 7514 Franziska S. Valenta, Mattsee



„body, mind & soul“

mit **Gabriele Pesl** und **Rev. Franziska S. Valenta**

SA 08. + SO 09. Juni 2024

Hotel Eden, Dependance

Via Marco Polo, 2, 34073 Grado GO, Italien

Anmeldung: global-humanistic-valenta@gmx.at

TEL | 0660 – 85 00 662 & TEL | 0664 – 48 86 385