

# WE COME BACK STRONGER

*Komm in deine Kraft  
und tu dir selber gut!*

SONNTAG

30.06.2024

**10-12 Uhr | Tanztendenz**

**Lindwurmstr. 88 | 80337 München**

[www.chantalgagnebin.de](http://www.chantalgagnebin.de)



# Chantal GAGNEBIN

Tanz | Life Coaching

## INTENSION

Die Intension dieses Vormittags ist, einen Raum zu schaffen, in dem du dir deiner inneren Stärke bewusst wirst und erkennst, **was du alles schon geschafft hast**. Dass auch deine Schwäche zu dir gehört und Ruhe sowie Regeneration wichtige Aspekte sind, **um in deine Kraft zu kommen und dir selber gut zu tun**.

Es ist eine einzigartige Verbindung aus getanzten Nia® Elementen, Freedance, Meditation und dem nachspüren und Antworten finden, sowie dem Niederschreiben deiner Gedanken.

Was in deinem Alltag tut dir gut und wie kannst du mehr davon in dein Leben integrieren? **Lass dich ein auf eine Reise zu deinen Stärken** und sei dabei, bei diesem dich stärkenden Event!

## Dieser Vormittag ist genau das richtige für dich, wenn...

- du deinen Fokus ausrichten möchtest, auf das was dich stärkt, um in deine volle Kraft zukommen,
- wenn du die spielerische Verbindung von Tanz, Meditation und Kontemplation erleben möchtest,
- wenn du offen bist für einen Perspektivenwechsel und Freude am erkunden von neuen Ansätzen hast.

## Inhalte sind:

- Nia® und Freedance,
- angeleitete Meditation,
- Antworten finden, die dich unterstützen und neue Erkenntnisse bringen.

Es sind keine bestimmten Vorkenntnisse notwendig. Alle sind willkommen. Es wird barfuß in bewegungsfreudiger Kleidung getanzt.

**Ich freu mich auf dich! ♥**  
**Deine Chantal**

Teilnahme auf eigenes Risiko. Dieses Angebot richtet sich an physisch und psychisch gesunde Menschen. Lass mich wissen, falls du in Behandlung bist. Die Teilnahme ist dann nur nach vorheriger Abstimmung mit deinem/r Arzt/Ärztin oder Therapeuten/in möglich.



## KONDITIONEN

**Kosten für den 2h-Vormittag 40€**

Die Anmeldungen ist verbindlich.

Fragen und Anmeldung:

Tel. 0163-7775510

[hallo@chantalgagnebin.de](mailto:hallo@chantalgagnebin.de),

[www.chantalgagnebin.de](http://www.chantalgagnebin.de)



CHANTAL  
GAGNEBIN

Lizenzierte Nia® Blue Belt Teacher  
Zertifizierte Spiritual Life Coach®  
by Laura Malina Seiler