



FEAR CLUB STUTTGART

*Entdecke die Magie
der Angst!*

20. Januar, 13–18 UHR

Kennst du das? Du willst deine Meinung sagen oder einen attraktiven Menschen ansprechen, du willst vor einer großen Gruppe sprechen oder deinen Job kündigen, um deine wahre Berufung zu leben – aber du tust es nicht?

Angst scheint uns zu lähmen, zu erstarren und davon abzuhalten, das zu tun, was wir wirklich wollen. Und deshalb wollen die wenigsten von uns sie fühlen. Wir haben gelernt, Angst zu ignorieren, zu unterdrücken und wegzuatmen. Aber in der Regel verschwinden diese unbewussten Ängste nicht wirklich.

Im Fear Club geht es nicht darum, deine Angst loszuwerden. Im Gegenteil! Es geht darum, sie nochmal ganz neu kennenzulernen und dadurch Zugang zu dieser Lebensenergie zu bekommen, dem Schlüssel zur Lebendigkeit und Magie!

Dieser Workshop ist ein sicherer Raum, um deine Angst bewusst zu fühlen und zu nutzen um:

- wach und präsent zu sein
- Nähe und Intimität zu erschaffen
- achtsam zu sein
- deine Intuition zu aktivieren
- deine Komfortzone zu erweitern
- Klarheit zu bekommen über alte Ängste, die du noch in dir trägst
- deine Lebendigkeit in jeder Zelle zu spüren

Wir werden im Workshop auch immer wieder bewusste Wut nutzen, um uns zu erden und um die Dynamiken zwischen Wut und Angst zu erforschen.

Bist du bereit, die Angst zu deinem Freund zu machen?

Wann: 20. Januar 2024, 13 – 18 Uhr
Wo: Yoga Stuttgart
Trainerin: Tanja Gerold
Co-Trainer:innen: Thea Duelli, Michael Hoffmann
Ausgleich: 50,- Euro
Anmeldung: tanja.gerold@gmx.de