

GRUPPEN COACHING SITZUNGEN

Veränderung beginnt in Dir!

3 Monate • Online • Hypnose & Meditation

Löse alte Glaubenssätze, stärke dein Unterbewusstsein
und gestalte nachhaltige Veränderung von innen heraus.

Wann? Wie? Wo?

- Live online
- 2x pro Monat
- Dienstagsabend

Beispiel Themen:

- Gewichtsreduktion
- Emotionales Essen
- Unbewusste Muster



VON KREISEN IM KOPF ...



... ZU LEICHTIGKEIT IM LEBEN



Du drehst dich immer wieder im Kreis

✓ Mehr innere Ruhe und Gelassenheit



Alte Muster halten dich zurück

✓ Alte Glaubenssätze loslassen



Dein innerer Kritiker ist lauter als dein Vertrauen

✓ Stärkeres Selbstvertrauen und Klarheit



Du wünschst dir mehr Leichtigkeit, Ruhe und innere Stärke

✓ Nachhaltige Veränderung, die bleibt

DAS ERWARTET DICH



Geführte Hypnose



Meditation & Tiefenentspannung



Arbeit mit Glaubensätzen



Austausch in einer geschützten Gruppe



Aktivierung deiner Ressourcen

LEICHTER
FREIER
MEHR DU

WARUM MIT MIR

Veränderung ist für mich gelebte Erfahrung. Mit Hypnose durfte ich meine innere Haltung weiterentwickeln und über 20 kg Körpergewicht verlieren. Heute begleite ich Menschen mit Empathie, Erfahrung und fundiertem Wissen über die mentale Welt.

Hypnose & Meditation verstehen sich als ergänzende Methoden und ersetzen keine psychologische Grundtherapie.

KOSTENLOSES KENNENLERNGESPRÄCH ANFRAGEN



nächster Start am 01. September 2026

WWW.RIVERCOACHING.CH

info@rivercoaching.ch - +41 77 431 94 25

Angebot gültig im Juli und August 2026

