



Transformations-Gruppe in Karlsruhe



20.07.2018 bis 22.07.2018 im Roten Haus

Entwicklungstrauma verstehen und sich selbst helfen durch
Selbstregulation

„Individuelle Einzelsitzungen mit Gopal Norbert Klein und Unterstützung durch die
Gruppe“

Infos / Anmeldung:

Barbara focusingfirst@gmail.com

Tagesablauf:

Freitag 18:00 - 20:00 Uhr: Begrüßung/Gruppe (keine Vorstellungsrunde)
(Abendessen)

21:00 - 22:00 Uhr: Stilles Sitzen

Samstag 8:00 - 9:00 Uhr: Shaking
(Frühstück)

10:00 - 12:00 Uhr: Gruppe
(Mittagessen)

14:00 - 16:00 Uhr: Gruppe
(Abendessen)

19:00 - 20:00 Uhr: Stilles Sitzen

Sonntag 8:00 - 9:00 Uhr: Shaking
(Frühstück)

10:00 - 12:00 Uhr: Gruppe
(Mittagessen)

14:00 - 16:00 Uhr: Gruppe Verabschiedung, Ende des Wochenendes



In jedem Gruppenblock bietet sich die Möglichkeit nach vorne zu kommen für eine individuelle Einzelsitzung. Die restliche Gruppe begleitet den Prozess durch liebevolle Aufmerksamkeit.

Unterstützend finden morgens leichte Körperübungen und abends Meditation statt.

So sind alle Ebenen des Nervensystems abgedeckt und es kann in kurzer Zeit zu tiefgreifenden Veränderungen kommen.

Ziel ist außerdem, dass sich die Teilnehmer/innen vor Ort nach der Veranstaltung treffen und als lokale Gruppe ihr Zusammensein weiter gestalten können.

Gopal Norbert Klein, Heilpraktiker für Psychotherapie
www.traumaheilung.net

