

# WEBINAR

## Bleib cool und tank neue Energie

Magst du deinen Kopf befreien, Energie tanken und dich somit fit für den Nachmittag machen? Bist du bereit deinem Nervenkostüm Achtsamkeit zu schenken und es zum Erstrahlen zu bringen? Dann bist du hier genau richtig. Lade deinen Energieakku im Nu wieder auf und entdecke 90 Sekunden-Techniken, die du danach immer wieder selber anwenden kannst.

**Wann:** verschiedene Termine, jeweils 50 Minuten  
**Wo:** zoom  
**Kosten:** CHF 35 / Euro 35  
**Termine und Anmeldung:** [info@manuelarhyner.ch](mailto:info@manuelarhyner.ch)

