

RAUM
FÄNGERIN

21 Tage
Reset Kur

für
Körper
Geist &
Seele



SIMONE GÖPPER
AB JETZT GEH ICH MIT MIR.
Coaching



Für Körper. Geist. Seele.

Wenn nicht jetzt wann dann?

Ab in den Frühling.

Neues wagen und mutig sein.

Sauna, Natur und Austausch- vor Ort und im Chat.

In 21 Tagen zurück zu Dir.

Kreativ Deine innersten Wünsche entdecken.

Das Leben ist leicht.

Gemeinsam mit Frauen.

Entlasten, Fasten und Aufbau.

Platz für Neues schaffen.

Zeit Altes loszulassen.

21 Tage Raum für Dich.

Zeit für dich.

Raumfängerin Reset Kur

Kursgebühr 330,- Eur

Ich bin für Dich da! Du hast Bedenken, Ängste, Sorgen oder Zweifel? Das ist vollkommen ok und ich begleite Dich in Allem. Alle Informationen, Einkaufslisten und Rezeptideen zum Entlasten, Fasten und für den Aufbau, sowie tägliche Tipps und Impulse erhältst Du in der WhatsApp Gruppe.

Die Teilnahme an den einzelnen Livetreffen und Angeboten sind nicht verpflichtend und freiwillig, Uhrzeiten werden ggf. noch angepasst.

Die Plätze sind begrenzt auf 5 bis 10 Teilnehmerinnen.

Du bist zur *Raumfängerin* geeignet, wenn Du...

- ... gesund bist und das Fasten in einer Gruppe erleben möchtest.
- ... Dich für gesunde und intuitive Ernährung interessierst.
- ... neugierig bist, was in Dir schlummert und Lust auf kreatives Erleben hast.
- ... Dir gerne während der drei Wochen Zeit schenkst.
- ... bewusst Zeit mit Dir verbringen möchtest.

Programm

- 3 Entlastungstage
- 10 Fastentage
- 8 Aufbau tage

Live Treffen

- >> Vorbereitungstreffen, in den Räumen des Jara in Biberach, **1-2 Wochen vor Kursbeginn**
- >> Thermalbad- und Saunabesuch Bad Buchau **am 1. Samstag**
- >> Walk in Nature, ca. 2-3 Stunden **am 1. Sonntag**
- >> Alles über die Aufbauphase: Wir drehen auf Wunsch eine Fragerunde im Bio Supermarkt bei Steigmiller's in Ummendorf und tauschen uns aus im Hofcafé **Unter der Woche, am Spätnachmittag**
- >> Kreativ Workshop im Werkraum 19, von Katrin Heinzel mit anschließendem Fastenbrechen, ganz klassisch mit einem Apfel **am 2. Samstag**
(bei mehr als fünf Teilnehmerinnen findet der Kreativ Workshop in zwei Gruppen statt, Samstag & Sonntag)
- >> Abschluß im Café Schimpanski in Biberach **am 3. Samstag**



Jetzt buchen

Aktuell drei Mal im Jahr: zu Jahresbeginn im Januar, im Frühjahr zur klassischen Fastenzeit und im Herbst.

Aktuelle Termine

06.11. – 26.11.2023

22.01. – 11.02.2024

04.03. – 24.03.2024

11.11. – 01.12.2024

13.01. – 02.02.2025

Vorbereitungstreffen

29.10.2023

09.01.2024

29.02.2024

07.11.2024

09.01.2025

18:30 - ca.21.30 Uhr

Sonstiger Aufwand

>> Persönliche Getränke / Speisen im Café Schimpanski & in Steigmiller's Hofcafé

>> Eintrittspreis für die Sauna / Therme

>> Der Kreativworkshop am letzten Fastentag bei Katrin Heinzel in Ihrem wunderschönen Werkraum in Winterstettenstadt findet exklusiv für unsere Gruppe einen ganzen Tag lang statt.

Zum Thema „Baum der Erkenntnis“ werden wir ausreichend Zeit haben zu meditieren und kreativ zu werden.

Inklusive Material zum Spezialpreis von 149,- Euro
www.werk-raum19.de

Über Anmeldungen freue ich mich unter:

Simone Göpper Coaching und Ernährungstraining:

+49 151 5068 5567

simone.goepper.coaching@mail.de

www.simone-goepper.de

Hast Du noch Fragen? Dann melde Dich gerne bei mir.

Zeit für Dich

Du wirst Dir Deinen Freiraum in Deiner gewohnten Umgebung erobern, zu Hause, in Deiner Freizeit und am Arbeitsplatz.

Vor dem Beginn der Fastenkur treffen wir uns und Du bekommst alle Informationen und Antworten auf deine Fragen. Sämtliche Treffen und Unternehmungen finden zwischen Biberach und Bad Buchau statt.

Hast Du noch Fragen? Dann melde Dich gerne bei mir.



Simone Göpper
Coaching und Ernährungstraining:
+49 151 5068 5567

simone.goepper.coaching@mail.de
www.simone-goepper.de

