

In welchen dieser Lebensbereiche möchten Sie mehr Erfüllung und Tiefe?

- Freunde und Familie
- Liebespartnerschaft
- Berufliche Verwirklichung und Geld
- Leben in einer Wohnung bzw. einer Landschaft
- Wachsen in eigenen Gaben und Kompetenzen
- Freizeit und Vorlieben
- Gesundheit und Freude im Körper zu sein
- Sinn des Lebens

Nutzen und Vorteile des Glücksprogramm-Yoga:

... leicht zu erlernen: beruht auf Programmen, die die Evolution in uns installiert hat

... leicht anzuwenden: kann in jeder alltäglichen Situation realisiert werden

... fördert Gesundheit, Entspannung, Wohlergehen, Kraft, Freude und unsere Glücksfähigkeit

... macht uns sozialer, kreativer, attraktiver, humorvoller, intelligenter, leistungsfähiger

... aktiviert Glückshormone und das Unbewusste für die eigenen Herzensanliegen

... lässt sich individuell für persönliche Themen einsetzen (Stressmanagement, Karriere, Erfolg, Gesundheit, Beziehung, etc.)



Michael Pilliger

Dipl.-Psychologe, Heilpraktiker,
Dipl.-Ernährungs- & Gesundheits-Therapeut,
Stress- & Traumatherapeut; 55 Jahre

Berufserfahrung:

Über 15 Jahre Kinder-, Jugend- & Familienarbeit,
Streetworker/Drogenszene, eigene Praxis als Psychologe,
Stress- & Traumatherapeut, eigene Praxis als Heilpraktiker,
Psychologe in einer psychosomatischen Klinik.

Siehe ein Fernsehinterview mit mir auf:
www.weltenwandel.tv/video/das-gluecksprogramm

Kontakt und Anmeldung:

Michael Pilliger
Mobil: 0173/77 464 90

info@gluecksprogramm.de
www.gluecksprogramm.de

Veranstaltungsort:

Tajet Garden
www.tajetgarden.de

Alteburgerstraße 250,
50968 Köln-Bayenthal

kostenfreies Parken:
Einkaufszentrum REWE, u. a. in der Goldsteinstraße

Öffentliche Verkehrsmittel:
U-Bahn-Linie 16: Haltestelle Schönhauser Straße;
Buslinie 106 vom Chlodwigplatz bis Tacitusstraße



Glücksprogramm



Glücksprogramm-Yoga

*Ein neuer, spielerischer,
wissenschaftlich fundierter Weg
für Erfolg und Glück*

mit Michael Pilliger im Tajet Garden Köln





Was ist das „Glücksprogramm-Yoga“?

- eine neue und alte Lebensphilosophie mit geistigen Ausrichtungen und körperlichen und spielerischen Übungen
- eine systematische Methode für den modernen westlichen Menschen,
- eine kreative Synthese aus neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen (aus Gehirnforschung und Arbeit mit dem Unbewussten) und alt bewährten Weisheiten und Techniken
- ein neuer Ermächtigungs-Weg für die Herausforderungen und Ziele in Beruf, Beziehung, Erfolg, Gesundheit und Glück

Die Elemente des Glücksprogramm-Yoga:

Ziel-&Vision-Techniken:

für Träume, Visionen & Ziele, für die Sie gehen wollen

Körper-Ermächtigungs-Techniken:

damit Sie Ihren Körper im Alltag elastisch & kraftvoll genießen

Meditations-Techniken:

um Ihre Essenz zu fühlen

Stimme-Mimik-Techniken:

für einen geschmeidigen und kraftvollen Ausdruck in Stimme & Gefühl

Kontakt-Trainings-Techniken:

für Ihren kraftvollen Beitrag in Kontakten & für klare Abgrenzung

Ein spezielles Nervensystem-Training:

um Entspannung & positive Stimmung gezielt zu erzeugen

Flow-Techniken:

damit Sie innerlich & äußerlich in einen wohligen und kraftvollen Fluss kommen

Spaß-Freude-Techniken:

um immer mehr Momente von Freude & Glück zu erzeugen

Nussknacker-Techniken:

um bisher nicht gelöste Probleme erfolgreich anzugehen

Ernährungs-Empfehlungen:

für Lebensmittel, die nachhaltig stärken

Die Trainings-Abende:

- sind jeweils durch konkretes Erfahren von einigen dieser Techniken charakterisiert
- sind eine Anregung, die Sie dann im Alltag verankern
- als ganzes bieten Ihnen einen außergewöhnlichen Werkzeugkoffer für Ihr weiteres transformiertes Leben

Der dreimonatige Kurs des Glücksprogramm-Yoga bietet zwei Nutzungsmöglichkeiten:

Als Schnupper-Kennenlern-Erfahrung:

Sie wollen einen Geschmack für diesen Ansatz bekommen. Vielleicht wollen Sie auch meine Aussagen auf die Probe stellen. Dann sind Sie herzlich eingeladen, an einem oder einigen weiteren Abenden teilzunehmen.

Teilnahmebetrag für die Teilnahme an einzelnen Abenden: 30 Euro

Als entscheidendes Transformations-Training:

Sie sind zehn von den zwölf Abenden dabei und setzen die Elemente in Ihrem Alltag um. Dann erzeugen Sie in sich wesentliche Veränderungen in Form von neuen, nachhaltigen Denk-, Fühl- und Handlungsweisen.

Aus verschiedenen Wissenschaften und alten Weisheits-Systemen ist bekannt: Nur ein intensiv-freudvolles Einprägen neuer Gewohnheiten hat das Potential, Ihr Leben dauerhaft zu verändern. Ansonsten hat das Neue gegenüber alten Gewohnheiten und den Einflüssen von außen kaum eine langfristige Überlebenschance.

Teilnahmebetrag für die Teilnahme an zehn, elf oder zwölf Abenden: 250 Euro

Ich freue mich auf Sie!

Michael Piller

Termine
Juli, August*,
September 2014:
immer donnerstags
von 19.45 Uhr
bis 22.30 Uhr.

*Termin: Do., 07.08. kein Training.

