



NATÜRLICH
PRÄSENT!

22.9.-24.9.2023

BUCHEN SIE DIE
FORTBILDUNG AM
STARNBERGER SEE UNTER:

www.carola-bambas.de

T: 0172 8111903

www.auszeitnatur.de

T: 0171 8317724

VILLA K.



P ERSÖNLICH
R EFLEKTIEREND
Ä STHETISCH
S ELBST-BEWUSST
E RDEND
N ÄHREND
T RAGEND



ERDUNG

Sich von innen
heraus stärken, in
die Kraft kommen



FÜHLEN

Selbst- und
Fremdwahrnehmung



HALTUNG

Wirkung der
Körperhaltung auf
Stimmung,
Selbstwertgefühl und
Selbstvertrauen



ERKENNTNIS

Kennen und Nutzen
der persönlichen
Stärken und
Schwächen



AURA

Entfalten von
Raumpräsenz

“

Wenn Sie zur Präsenz
gelangen...dann wissen Sie es
augenblicklich, dann fühlen Sie
sich sofort zu Hause. Sie
können loslassen,...in Ihrer
eigenen guten Gesellschaft.
Jon Kabat-Zinn

