

# FREE YOUR MIND, FOLLOW YOUR HEART

KURSNUMMER: SON 03  
KURSZEIT: ca. 5-7 Std./Tag  
PREIS: € 1100



inside  travel  
*Reisen für dich. Zu dir.*

## Angelika Frank:

Ihr ist es ein Herzensanliegen, Menschen zu inspirieren und zu begleiten, ihre Begabungen und Fähigkeiten zu entwickeln, ihre einzigartige Persönlichkeit als Geschenk zu sehen und sich ein erfülltes und selbstbestimmtes Leben in Freude und aus ihrer inneren Mitte heraus zu erschaffen.

Angelika ist Coach für Potentialentfaltung (Ausbildung bei Gerald Hüther), Meditationsleiterin, Mentaltrainerin (Fortbildung: Thinking into Results von Bob Proctor) Workshopleiterin für intuitive Malerei und Künstlerin.

Sie praktiziert seit 15 Jahren Achtsamkeitsmeditation und ist tief verbunden mit ihrem Herzen und ihrer Intuition. Neben dem meditativen Ansatz zur Erdung und Entspannung gibt sie ihren Teilnehmern praktisch umsetzbare mentale Techniken an die Hand, um Blockaden zu lösen und Herzensziele zu erreichen.

In ihren Seminaren bezieht sie alle drei Ebenen mit ein, die für ein erfülltes Leben essentiell sind. Körper, Geist und Seele – denn ist nur einer der Bereiche aus der Balance geraten, kann dies alles beeinträchtigen.

Mit viel Einfühlungsvermögen und ihrem erfrischenden Humor unterstützt sie Menschen dabei

- Ihren inneren Kritiker in ihren freundlichen Motivator zu verwandeln
- Achtsamen und liebevollen Umgang mit sich selbst und anderen zu üben
  - Innere Ruhe und Resilienz zu entwickeln
  - Mit dem Einsetzen der mentalen Fähigkeiten aktiv zum Gestalter:in ihres Lebens zu werden.

## 12.10.2024 - 19.10.2024

### Entspannt Grenzen sprengen.

Der Glaube versetzt Berge, so sagt man ...

Oft stehen wir uns mit unseren unbewussten negativen Glaubenssätzen und Mustern selbst im Weg und sind uns teilweise gar nicht bewusst, welche großartige Veränderung wir selbst im Innen, so wie im Außen, bewirken können.

Wir dürfen uns immer mehr entwickeln und entfalten, um all unsere Begabungen hervorzubringen und im Einklang mit unseren Bedürfnissen und unserer Umgebung unser schönstes Leben zu leben.

In diesem Seminar teile ich mit Dir meine größten Learnings und Erfolgsgeheimnisse, die alle drei Ebenen – Körper, Geist und Seele – als kraftvolle Einheit miteinbeziehen. Ich zeige Dir, wie auch DU besser aus dem Stress und den selbst erschaffenen Begrenzungen aussteigen und entspannt und lebendig Dein bestes Leben kreieren kannst.

Wir verbringen auch immer wieder Zeit in der Natur, die so wunderbar erdet, nährt und heilt, vor allem an diesem so magischen Ort am Meer.

Lerne an diesen besonderen Tagen, wie Du durch Deine mentalen Fähigkeiten, mit direkt umsetzbaren Techniken und effektiven Strategien, zum aktiven Gestalter:in Deines Lebens werden kannst. Erlebe, wie Du Ruhe und innere Stabilität herstellen kannst und so entspannt auf Kurs bleibst.

Lass uns gemeinsam beginnen, Deine unbewussten Bremsen zu lösen. Ich zeige Dir, wie Du Schritt für Schritt Dein Unterbewusstsein positiv programmieren kannst und in Liebe und Leichtigkeit, mit viel Selbstfürsorge, aktiv die Dinge in Dein Leben ziehen kannst, die Du Dir wünschst.

Die Seminarzeiten sind Morgens bis zum frühen Nachmittag (mit kleinen Pausen) + nach dem Abendessen Sequenzen von jeweils ca. 1 Stunde für Entspannung & Lebensfreude.

## BONUS

Zum Seminar erhältst Du ein Workbook, das Dich in Deinem Prozess wunderbar unterstützt. Nach dem Seminar biete ich Dir mit Deiner Korfu-Seminargruppe einen gemeinsamen Gruppen-Coaching-Termin über Zoom an, bei dem noch einmal Raum für Austausch und Fragen ist. So kannst Du das Gelernte und Erfahrene weiter festigen und vertiefen.

## INKLUSIVLEISTUNGEN:

- Unterbringung zu zweit im DZ (großes Apartment, Kategorie 2 mit geteilten Bad und Wohnküche, Preisgruppe A (ohne Meerblick))  
Gegen Aufpreis:
  - DZ zur Alleinbenutzung: kein EZ-Zuschlag
  - Kategorie 1 (= eigene DU/WC): 30 € - 40 € pro Person & Woche
  - Preisgruppe B (= eingeschränkter Meerblick): 20 € - 40 € pro Person & Woche
  - Preisgruppe C (= Meerblick, bessere Ausstattung): 60 € - 70 € pro Person & Woche
- Teilnahme am Ferienseminar
- Vegetarische Halbpension
- Sammeltransfer ab/bis Flughafen Korfu