



Alles ist Schwingung. Schwingung ist Energie. In der Klangmeditation lässt Du Dich durch die heilsame Wirkung der Klänge berühren und erlebst Dich selber in tiefer Entspannung und Ausgeglichenheit – ganz im Jetzt.

Du nimmst in Stille Deinen gewählten Platz in unserem Meditationsraum ein. Nach einer kurzen geführten Entspannung öffnest Du Dich in Achtsamkeit für Dein Inneres Universum. Verschiedene intuitiv gewählte Klänge führen Dich auf eine Reise in Dein Inneres. Eine tiefe Ruhe, Frieden, Klarheit und neue Erkenntnisse können Dich durchströmen.

Daten im 2. Semester 2020

Freitag, 11. September / Freitag, 30. Oktober

Freitag, 06. November / Freitag, 04. Dezember

Zeiten: Die Klangmeditation beginnt jeweils pünktlich um **19.30 Uhr**.
Eintreffen: ab 19.15 Uhr / Ende: ca. 20.30 Uhr

Ort: Ebenaustrasse 22, 6048 Horw, 4. Stock

Anmeldung: Eine Anmeldung ist zwingend. Durchführung bei min. -3- Teilnehmer/innen.
Anmeldungen auf www.btbf.ch unter «Workshops – Klangtherapie».

Kosten: CHF 30.— (in Bar vor Ort zu bezahlen, inkl. Coffee- oder Tee-To-Go)

Wenn Du verhindert bist, ist dies mindestens 48 Stunden vorher mitzuteilen, ansonsten werden die Kosten in Rechnung gestellt.

BORN TO BE FREE

Institut für Mental Coaching und Hypnosetherapie
info@btbf.ch / 041 342 07 06 / www.btbf.ch



Übersicht über unsere Angebote im 2. Semester 2020

Hypno-Meditation

Mittwoch, 26. August	Heilsame Tiefenentspannung
Donnerstag, 24. September	Lebensfreude stärken
Mittwoch, 14. Oktober	Innere Reinigung
Donnerstag, 26. November	Heilung des inneren Kindes
Mittwoch, 16. Dezember	Annehmen loslassen

Jeweils um 19.30 Uhr

Klang-Meditation

Freitag, 11. September
 Freitag, 30. Oktober
 Freitag, 06. November
 Freitag, 04. Dezember

Jeweils um 19.30 Uhr

Schamanische Trommel-Reise

Mittwoch, 19. August	Donnerstag, 12. November
Donnerstag, 17. September	Mittwoch, 09. Dezember
Mittwoch, 07. Oktober	

Jeweils um 19.30 Uhr

Didgeridoo-Workshop für Anfänger

Samstag, 19. September

Samstag, 31. Oktober

Samstag, 05. Dezember



Wochenend-Workshop

14./15. November Selbsthypnose lernen

Gedanken zur Meditation

Wenn die Achtsamkeit etwas Schönes berührt, offenbart sie dessen Schönheit.

Wenn die Achtsamkeit etwas Schmerzvolles berührt, wandelt sie es um und heilt es.

∞∞∞∞

Berühre die Leere in Deinem Leben, und dort werden Blumen blühen.

∞∞∞∞

Man kann nur eine leere Schüssel füllen.

∞∞∞∞

Achtsamkeit führt zu tiefer Einsicht und Erwachen.

∞∞∞∞

Wer seinen Weg geht, dem wachsen Flügel.

∞∞∞∞

Wirf Deine Gedanken wie Herbstblätter in einen Fluss,

schau zu, wie sie hineinfliegen und davontreiben

und dann: vergiss sie!

BORN TO BE FREE

Institut für Mental Coaching und Hypnosetherapie
info@btbf.ch / 041 342 07 06 / www.btbf.ch



BORN TO BE FREE

INSTITUT FÜR MENTAL COACHING UND HYPNOSE THERAPIE

HAUPTSITZ

Ebenaustrasse 22, 6048 Horw
Tel: 041 342 07 06
E-Mail: stefan.sidler@btbf.ch

NIEDERLASSUNG RICHTERSWIL

Speerstrasse 134, 8805 Richterswil
Tel: 076 321 45 42
E-Mail: sascha.morf@btbf.ch

NIEDERLASSUNG ZÜRICH

Titlisstrasse 29, 8032 Zürich
Tel: 079 747 99 08
E-Mail: daniela.infanger@btbf.ch



BORN TO BE FREE

Institut für Mental Coaching und Hypnose therapie
info@btbf.ch / 041 342 07 06 / www.btbf.ch