



## ***Coach für Lebensfreude und innere Stärke***

Sylvia Herwig  
Klauerstraße 8d  
60433 Frankfurt am Main  
Tel. 069/516653  
eMail: [Sylvia\\_Herwig@t-online.de](mailto:Sylvia_Herwig@t-online.de)  
[www.SylviaHerwig.de](http://www.SylviaHerwig.de)

## **Erwachen und Königin sein**

### **Weibliche Kraft und Lebensfreude ausstrahlen**

Dieses Seminar erweckt unsere innere Königin und unsere Präsenz. Wir befreien uns von ausbremsenden und klein machenden Mustern. Dann können wir den Thron kraftvoll einnehmen und bewusst in unserem Königreich regieren. Wir halten das Zepter in der Hand und gestalten unser Leben aktiv. Ein spezielles „Yoga für Frauen-Programm“ stärkt unsere Ressourcen und entfaltet unsere weibliche Kraft, Anmut, innere Stärke, Empathie und weibliche Intuition. Wir strahlen innere und äußere Schönheit aus, weil wir unser authentisches Sein gefunden haben. Mit dieser Klarheit und inneren Kraft blühen wir als Frau auf.

#### Aus dem Inhalt

- Die weibliche Kraft erwecken und stärken
- Ankommen in der „Hier bin ich“-Energie/Präsenz
- Sich wieder erinnern, wer wir wirklich sind
- Ein selbstbestimmtes Leben in Freude führen
- Spezielles Yoga für Frauen („Radiant Woman Konzept“)
- Meditation
- Selbstreflexion
- Mentalreisen