

Mentaltraining – BalanceMove – Blockaden lösen

Was wäre wenn,...



BALANCE
BOOST

www.balance-boost.at

☀️ ****Was wäre, wenn genau jetzt der Moment für Veränderung ist?**** ☀️

Wir alle kennen das, an gewohnten Dingen festzuhalten, auch wenn sie uns nicht glücklich machen. Oft hindert uns die Angst vor dem Unbekannten daran, den ersten Schritt zu wagen. Veränderung ist nicht einfach – sie erfordert Mut und die Bereitschaft, unsere „vermeintliche Komfortzone“ zu sprengen. Und das können zu Beginn ganz kleine Steps sein, putze mit der ungewohnten Hand die Zähne, nimm einen anderen Weg in die Arbeit, knotze am Abend nicht auf der Couch, sondern gehe spazieren oder lese ein Buch. Dein Verstand kapiert, dass Veränderung gar nicht so schlecht ist.

Doch ich kann dir aus eigener

Erfahrung sagen: Nach der Sprengung wird alles besser! Der Weg zur Veränderung mag herausfordernd sein, aber er führt zu mehr Leichtigkeit, Lebensfreude und zu dem, was wir wirklich in unserem Leben haben möchten.

*Deshalb habe ich die kostenlose Facebook-Gruppe ****Back to Life**** ins Leben gerufen! Hier unterstützen wir uns gegenseitig, teilen Inspirationen und feiern die kleinen und großen Schritte in Richtung eines erfüllten Lebens.*

Hast du Fragen oder möchtest mehr erfahren? Melde dich ganz unverbindlich bei mir. Ich freue mich darauf, dich kennenzulernen!

Alles Liebe von mir zu dir ❤️✨

Gaby

www.balance-boost.at