

ENTFALTUNGSRÄUME

WORKSHOP-SERIE

für STÄRKE & KLARHEIT

2026

5 SAMSTAGS-
MODULE

*!!! einzeln buchbar
oder als komplette
Entwicklungsreise*

 at peace
Holzstraße 4
80469 München

Starte DEINE persönliche ENTWICKLUNGS-SERIE!

Spürst du, dass in dir mehr Kraft steckt und dass es Zeit ist, dich von alten Unsicherheiten zu lösen und deinen eigenen Weg mutiger zu gehen?

Dann ist die SERIE genau richtig für dich. In fünf SAMSTAGS-WORKSHOPS entdeckst du deine Ressourcen, Klarheit und Selbstwirksamkeit.

Jedes Modul ist ein eigenständiger Workshop, der dich sofort stärkt. Du kannst sie einzeln buchen oder die komplette Serie erleben, um deine Entwicklung kraftvoll zu verbinden und zu vertiefen.

Mit kreativen Übungen, systemischen Aufstellungen, Meditationen und praxisnahen Tools in einer kleinen Gruppe findest du zu klaren Grenzen, trifft bewusste Entscheidungen und gestaltest deine Vision.

Kurz: Du kommst mit klarerem Kopf, mehr innerer Kraft und einer guten Verbindung zu dir selbst nach Hause, um dein Leben selbstbestimmt zu gestalten.

MODUL 1

Ressourcen & innere Kraftquellen

SA, 7. Februar 2026

10:00 – 16:30 Uhr

Anmeldefrist: 23. Januar 2026

**ENTDECKE deine
KRAFTQUELLEN
&**

**AKTIVIERE deine
SELBSTWIRKSAMKEIT**

INHALTE:
**Systemische Aufstellung des
persönlichen Ressourcenfeldes,
kreative Übungen, Resilienz-Tools
für den Alltag**

IMPACT:
**Mehr innere Sicherheit,
Kraft & Klarheit**

MODUL 2

Selbststärke & innere Balance

SA, 18. April 2026

10:00 – 16:30 Uhr

Anmeldefrist: 3. April 2026

**Entwickle deine
SELBSTANNAHME,
erkenne DEINEN WERT
und DEINE
MÖGLICHKEITEN!**

INHALTE:
Arbeit mit selbstlimitierenden
Anteilen, systemische
Aufstellungen, kreative Übungen,
Meditation

IMPACT:
Mehr Selbstvertrauen,
Selbstachtung und
Selbstliebe

MODUL 3

Kopf - Herz - Bauch: Innere Navigation

SA, 27. Juni 2026

10:00 – 16:30 Uhr

Anmeldefrist: 12. Juni 2026

**Triff Entscheidungen,
die wirklich zu dir
passen!**

INHALTE:
Journaling, Körperübungen,
Meditation, systemische
Aufstellungen

IMPACT:
Klare Entscheidungen,
Balance und gestärkte
Intuition

MODUL 4

Grenzen & Selbstführung

**SA, 19. September 2026
10:00 – 16:30 Uhr**

Anmeldefrist: 4. September 2026

**NEIN sagen können –
JA zu dir selbst.**

INHALTE:
**Systemische Aufstellungen,
Kreativ-Übungen, Fantasiereisen,
Körperarbeit**

IMPACT:
**Gesunde Abgrenzung,
klare Bedürfnisse und
souveränes Auftreten**

MODUL 5

Vision & kraftvolle Ausrichtung

SA, 21. November 2026

10:00 – 16:30 Uhr

Anmeldefrist: 6. November 2026

**ZUKUNFT gestalten
und ERKENNTNISSE
nachhaltig
verankern.**

INHALTE:

**Zukunftsauftstellung, Visionboard,
Kreativ-Übungen, Körperarbeit,
Meditation**

IMPACT:

Klarheit für deinen

weiteren Weg,

Integration der

**Erkenntnisse, kraftvolle
Umsetzung**

TEILNAHME & KOSTEN

150 € pro Workshop

Gesamtpaket: 700 € (statt 750 €)

***Buchung des Gesamtpakets
bis 23. Januar 2026 !!!**

STORNIERUNG

**Bis 15 Tage vor Beginn: kostenfrei
0–14 Tage vorher: keine Rückerstattung**

**JETZT GLEICH
ANMELDEN !!!**

ANTJE HENKEL-ALGRANG

 info@henkel-algrang.de
 + 49 179-5950627
 henkel-algrang.de