

10-Wochen-Kurs für 14-20-jährige

Intuitives Mind-Training

Mehr Klarheit, Selbstvertrauen & innere Stärke
für Schule, Alltag und Beziehungen

Start: 12. Januar 2026

Montag 19 Uhr

Solothurnstrasse 11, 3295 Rüti b. Büren

Was du lernst

- deine Intuition zu verstehen & zu nutzen
- Klarere Entscheidungen zu treffen
- innere Ruhe trotz Stress
- deine Energie zu schützen
- dich selbst besser wahrzunehmen

Wie wir arbeiten

- Intuitions- & Wahrnehmungsübungen
- kurze Achtsamkeits-Tools
- Übungen zu zweit
- kreative Übungen
- einfache Werkzeuge für den Alltag

Organisatorisches

- ⌚ 10 Wochen, jeweils montags, 60 Minuten
- 📍 Solothurnstrasse 11, Rüti b.Büren
- 👥 max. 12 Jugendliche
- 👤 300.- inkl. Kursunterlagen

Leitung

Kathrin Affolter - Pädagogik, Beratung, Intuitionstraining

Anmeldung:

079 366 34 51 / kathrin-affolter@bluewin.ch

Ich freue mich auf dich!