



Intuitions-Training

Innere Ruhe, Klarheit &
intuitive Stärke im Alltag

Start: 14. April 2026
Dienstag 19 Uhr

Das lernst du

- innere Ruhe & Fokus stärken
- Bessere Konzentrationsfähigkeit
- Vertrauen in deine Intuition
- Abgrenzung & Energiehaushalt
- Achtsamkeit & Selbstfürsorge

So arbeiten wir

- Intuitions- & Wahrnehmungsübungen
- Atem- & Zentrierungssequenzen
- praktische Übungen für den Alltag
- Übungen zu zweit
- individuelle Begleitung

Organisatorisches

10 Kursabende · Dienstag · 75 Minuten
Solothurnstrasse 11, Rüti b.Büren
max. 12 Teilnehmende
380.– inkl. Kursunterlagen

Anmeldung:

079 366 34 51 / info@kathrin-affolter.ch
www.kathrin-affolter.ch

Leitung: Kathrin Affolter

Aus- und Weiterbildung in Pädagogik, Beratung & medialer Wahrnehmung

