



10-Wochen-Kurs für Erwachsene Intuitionstraining

Innere Ruhe, Klarheit & intuitive Stärke im Alltag.

Start: 14. Januar 2026

Mittwoch 19 Uhr

Solothurnstrasse 11, 3295 Rüti b. Büren

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

Organatorisches

- ⌚ 10 Wochen, jeweils mittwochs, 75 Minuten
- 📍 Solothurnstrasse 11, Rüti b. Büren
- 👥 max. 12 Teilnehmende
- 👤 380.- inkl. Kursunterlagen

Leitung

Kathrin Affolter

Aus- und Weiterbildung in Pädagogik, Beratung & medialer Wahrnehmung

Anmeldung:

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

Ich freue mich auf dich!