



## Teknikker for å få mer energi i hverdagen.

---

Har du lyst til å gå dypere inn i deg selv ?

---

Ethvert menneske er unikt, med forskjellige erfaringer fra vi ble født..

Har du lyst til å bli mer bevisst hvordan disse erfaringene påvirker ditt liv?

Hvordan er din kommunikasjon inn til deg selv? Hvem er DU? Dette vet du best selv på et bevisst eller ubevisst nivå. Har du lyst til å lære teknikker som kan hjelpe deg til å få mer klarhet og energi i hverdagen? Er det noen " sannheter" du bærer på som tapper deg for energi og hindrer deg i å LEVE FULLT OG HELT

Vi vil jobbe med teknikker som går ut på å løse opp energiblokkeringer og nå inn til deg selv på et dypere plan. Du lærer å lese deg selv ut ifra et nøytralt nivå.

Du vil lære enkle fysiske øvelser som kan øke energinivået, og skape mer balanse i kroppen. Det blir også meditasjoner for avspenning.

Høres dette ut til å være noe for DEG ?

Da ønsker jeg deg velkommen til dager hvor du kan være helt deg selv, kjenne på hvem du er i full aksept og kjærlighet.



Litt om meg selv:

Utdannelse innen økonomi

Erfaring med barn og ungdom.

Treårig utdanning som  
pusteterapeut ved  
Jupitersenteret i Son, og jobbet  
der i fem år.

Seks semester ved Agape  
Instituttet i Oslo.

Grunnutdanning som Indre  
Ro- terapeut.

Kurset er 31 jan - 1 feb  
på vakre Kjølnes Fyr i Berlevåg.

Kl 10.00 - 17.00 begge dagene

Pris kr 1900.-

Det er muligheter for overnatting  
på Kjølnes Fyr.

Kontakt Esther Utsi på telefon 48174755

Bindende påmelding innen 23 januar på  
telefon 41513676 eller [torill13@hotmail.com](mailto:torill13@hotmail.com)

Kursavgiften betales inn på  
Kontonummer 2351 10 42852.

Hjertelig velkommen til kurs

hilsen *Torill Kjernaas Hulloen*