

Weibliche Präsenz

zu verkörpern beschenkt nicht nur dich als Frau mit Würde, Wert und Wirksamkeit.

Es ist ein Geschenk an deine Familie, deine Freunde, dein Land und an die Erde!

Tiefgreifend, jedoch ohne Drama, verwandelt weibliche Präsenz

- deinen Körper
- deine Energie
- dein Denken
- deine Stimme
- deine Schatten

Regelmäßig praktiziert ermächtigt sie dich langfristig, die schönste Vision deines Lebens auf die Erde zu holen.

Die Kunst der weiblichen Präsenz zu meistern heißt:

vom Opfer in die Königin zu reifen!

-
- Frauen-Oase (max. 8 Teiln.):
donnerstags 18:00 - 20:30
 - Tagesworkshops &
Wochenendseminare unter:
www.yoco-limburg.de/events/
 - Einzel-Coachings auf Anfrage
-

Vom Alltagsfrust zur Lebenslust!



Yoga & Coaching
Elisabeth Meyer-Siemon

Blumenröder Straße 50
65549 Limburg
Telefon: 06431 / 215 752
E-mail: info@yoco-limburg.de



Die Kunst der
weiblichen Präsenz



Erwecke
die Königin in dir!

www.yoco-limburg.de

Liebe Weggefährtin!

Wusstest du, dass in einem Bienenvolk jede weibliche Biene das Potenzial zur Königin hat?! Die entscheidende Zutat, die eine Bienenfrau zur Königin macht, ist besondere Nahrung: Gelee Royale. Ich bin überzeugt, auch jede Menschenfrau hat das Zeug zu königlichem Lebensgefühl. Jede kann Königin werden, wenn sie entsprechende Nahrung erhält! Das Gelee Royale für Frauen besteht v.a. in der Gemeinschaft mit anderen Königinnen. Wir brauchen einander. Nicht gegen die Männer, sondern: FÜR DAS LEBEN!

Um als weibliche Wesen in unserer immer noch stark patriarchal geprägten Welt Würde und gesunden Selbstwert zu verkörpern, kreieren wir aktiv den geschützten Raum, in dem die „heiligen“ Gesetze der Weiblichkeit gepflegt und genährt werden. Daraus gehen wir „gekrönt“ hervor können schöpferisch wirksam werden für das eigene Leben und das große Ganze.

„Wenn ich die Übungen mache, fühle ich mich zutiefst glücklich und geliebt. Und der Natur verbunden. Ich kann diese Arbeit jeder Frau nur wärmstens empfehlen!!!“ – Barbara

Die Elemente der Frauen-Oase

- * „Tune in & Check in“, Ankommen und Erden
- * Übungen zur Stärkung deiner Mitte (*Hara*), deiner Klarheit, Wahrheit und Stimme
- * Erfahren und nähren deines Charismas
- * Meditation für weibliche Präsenz
- * Wertschätzung!

Regelmäßiges Kultivieren der weiblichen Präsenz schenkt Dir

- * Erdung, Stressabbau, Gelassenheit „no matter what“
- * Reduzierung von körperlichen, mentalen und emotionalen Verspannungen
- * seelische Widerstandskraft (Resilienz)
- * Positives Körper und - Lebensgefühl
- * Klarheit und Willenskraft
- * felsenfestes Wissen um deine Werte und dein Eistehen dafür
- * Aussöhnung mit Ängsten
- * Entscheidungs- und Umsetzungsfreude
- * würdevolles Sex-Appeal
- * tief geankertes Selbstvertrauen / Urvertrauen
- * königliche Ausstrahlung

Elisabeth Meyer-Siemon



Jahrgang 1974 / verheiratet / 2 Kinder

- * Yoga - Lehrerin (BYV)
- * Art of Feminine Presence® - Coach
- * NLP - Practitioner (INLPTA)
- * Systemikerin

„Es ist MÖGLICH FÜR DICH,

die Königin in dir wachzuküssen! Die Würde, Klarheit, Kraft, Schönheit, Sinnlichkeit, Führung, Fürsorge, Gerechtigkeit, Zartheit und Liebe, die raus wollen, zu leben.

Du weißt, welches die nächsten Schritte sind. Und du setzt sie um, anstatt nur darüber nachzudenken!“
– Elisabeth