

Gedankenreise

2 Tage Mindset für Erwachsene

Lerne deine Gedanken
bewusst zu steuern

Entdecke deine
negativen Glaubenssätze
& Gedanken und lerne
sie zu korrigieren

Erfahre welche Auswirkungen
dein künftiges positives Mindset
auf deine Emotionen und deinen Körper
und somit auch auf deine Gesundheit hat



Deine Seminarinhalte

Im zweitägigen Mindsettraining lernst du deine **inneren Antreiber** und deine **Glaubenssätze** kennen. Du erfährst den Zusammenhang zwischen deinem **(Unter-)Bewusstsein** und deinen **Gedanken**. **Unbewusste Vorurteile** werden dir bewusster und du verstehst die Rolle deiner **inneren Anteile** besser. All das trägt zur **Steigerung deines Selbstwertes** bei und hat unmittelbare Auswirkungen auf deine Emotionen und deinen Körper und somit auch auf deine Gesundheit.

max 10
Teilnehmer

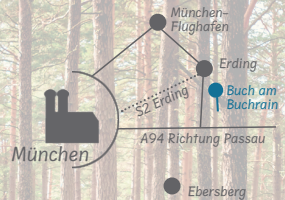
Dein Seminarort

Am Waldrand in Buch am Buchrain – nur ca. 30 Minuten von München entfernt – direkt an der A94.

Genieße den Tag im hellen und freundlichen Seminarraum mit Waldblick.

Neben den Kaffeepausen mit kleinen Snacks ist auch das Mittagessen inklusive.

Eine Hotel-Empfehlung mit Preisen bekommst Du mit Deiner Anmeldebestätigung.



425 Euro
inkl. MwSt.

Deine Trainerin



Michaela Posch
Jahrgang 1987, dreifache Mama

Seit mehr als zehn Jahren beschäftige ich mich mit der **Macht der Gedanken**.

In zahlreichen Mindset- & Präventionstrainings lernten meine Teilnehmenden bereits ihre Gedanken bewusster zu steuern.

Die O-Töne meiner Teilnehmenden kannst du gerne auf meiner Homepage nachlesen.

Die nächste
Gedankenreise
findet statt am:

Freitag &
Samstag

01. & 02. Mai
2026
(Feiertag)

Termin verpasst?
Hier findest du weitere
Gedankenreisen



Waldstraße 2
85656 Buch am Buchrain



08124 / 907 84 54
0174/ 4 68 85 53



www.michaelaposch.de
mail@michaelaposch.de



Mitglied im DBVB

DBVB
Deutscher Bundesverband
für Burnout-Prävention e.V.

michaelaposch
Seminare & Coaching

