

molino - malaga



„NIA – getanzte Lebensfreude“

NIA ist ein ganzheitliches Fitnessprogramm, das den Körper, den Geist und die Seele trainiert. Es ist Fitness-, Wellness- und Lifestylekonzept, das barfuss getanzt wird. Es explodiert wie Tae Kwon Do, es groovt wie Jazzdance, es fließt wie Tai Chi, es zentriert wie Yoga. NIA weckt Deine Kreativität, unterstützt die natürliche Intelligenz Deines Körpers, folgt dem Lustprinzip und macht sehr viel Spaß. Es ist ein Tanz zwischen Körper, Geist und Seele - ein „Tanz Deines Lebens“. NIA ist Bewegung mit allen Sinnen. Dabei hat nicht die Leistung Priorität, sondern die (Körper-)Erfahrung. Jeder bestimmt Tempo, Intensität, Schwierigkeitsgrad sowie die Form seiner Bewegungen selbst.

Kursleiterin: Daniela Schachner,

Von 9:30 bis 11 Uhr Kosten €12.

2 Termine: 27 Juli und 30 Juli 2010

in der Molino Jesus y Maria, El Algarrobal
29710 Periana (Malaga)
Tel.: 0034 661 440 756

„Pilaba“

Eine Kombination aus Bauchtanz und Pilates, Rumpfmuskulatur stärkendes Ganzkörpertraining aus der Körpermitte. Durch Bauch und Beckentraining werden die Organe der Beckenzone gestärkt und Kreativität, Leidenschaft und Körperbewusstsein gefördert. Zusätzlich hilft dieses Training auch bei Kraftlosigkeit und Burnout.

Kursleiter: Sarah Maria Lechner

Von 9:30 bis 11 Uhr Kosten €17

Termin: 30 Juli und 31 Juli 2010 oder 02 und 03 August 2010

in der Molino Jesus y Maria, El Algarrobal
29710 Periana (Malaga)
Tel.: 0034 661 440 756

molino - malaga



Seminar „Erkenne deine Wahren Meister“

Im Leben gibt es immer wieder Menschen - Partner - Chefs - Familie - Kollegen usw. immer genau die, über die man sich ärgert, sogenannte Arschengel (Spiegel) wie Robert Betz sagt!

Immer passiert mir das und immer wieder dasselbe.

Ein Partner der mich betrügt ein Chef der mich schlecht behandelt, eine Kollegin die mich mobbt, Ein Bruder der immer mehr bekommt als ich, Freunde die es viel leichter im Leben haben als ich usw usw.

Oliver Pesendorfer , Trainer Coach Mentor

Ein Tag 11 Uhr bis 19 Uhr Kosten €120

Termin: 31 Juli 2010

in der Molino Jesus y Maria, El Algarrobal,
29710 Periana (Malaga)
Tel.: 0034 661 440 756

Trommelworkshop "Trommeln nach Gefühl"

mit Oliver Pesendorfer „Afro Drum Perkussion Akademie“

Afrikanische Rhythmen erlernen ohne Vorkenntnisse und Notenkenntnisse Trommeln erdet, verbindet und macht Spaß.

Ein Tag Von 20 bis 21:30 Uhr auf Spendenbasis. Leihtrommeln vorhanden

Termin: 31 Juli 2010

in der Molino Jesus y Maria, El Algarrobal
29710 Periana (Malaga)
Tel.: 0034 661 440 756

molino - malaga



Familienstellen mit der Bewegung des Geistes!

Eine neue Form der Familienaufstellung in der man nicht nur das Thema sehen kann, sondern auch dem Raum gibt das es heilen kann.

Themen wie innere Blockaden, Job oder die Beziehung aber auch das liebe Geld.

Wenn sie sich ein Thema anschauen möchten gibt es ein Vorgespräch und eine Nachbetreuung. Die Kosten dafür betragen €90.--

Als Teilnehmer /Repräsentant kostet die Teilnahme nichts.

Ein Tag 11 Uhr bis 19 Uhr Kosten €90.--

Termin: 01 August 2010

in der Molino Jesus y Maria, El Algarrobal
29710 Periana (Malaga)
Tel.: 0034 661 440 756



Seminar „Trau Dich denn dass bist DU “

Ich WILL mich selbstständig machen, ABER ...

Ich WILL meinen Job wechseln, ABER ...

Ich WILL ein Risiko eingehen, ABER ...

Ich WILL den richtigen Partner, ABER ...

Sich selbst Tag für Tag neu zu motivieren ist der Kernpunkt dieses Seminars. Durch positives und optimistisches Denken kann die eigene Persönlichkeit gestärkt und gefestigt werden.

Durch einzel- und gruppensdynamische Übungen wird das riesige Potenzial jedes Einzelnen zum Vorschein gebracht.

molino - malaga



Die Trainer / Innen erarbeiten die individuellen Bedürfnisse jedes Einzelnen und unterstützen die Teilnehmer bei deren persönlichen Zielsetzung.

Impulse - sich endlich zu trauen, endlich aus sich heraus zu kommen und seine eigenen Ängste zu überwinden - sind das Herzstück dieses Seminars.

Erfahren Sie, welcher Erfolgstyp Sie sind und lernen Sie sich dadurch besser kennen.

Die eigenen Selbstzweifel benennen:

Viele scheitern an ihren eigenen Selbstzweifeln. Dadurch fällt es ihnen schwer, oder gar unmöglich, ihre eigenen Ziele zu verwirklichen. Egal, ob es sich um berufliche Dinge, wie Beförderungen oder Gehaltserhöhungen handelt, oder ob es den privaten Bereich betrifft, wie beispielsweise finanzielle Entscheidungen oder den Mut zum Bungee - Jumping.

Persönliche Zielsetzung:

Besonders wichtig ist es, dass man sich selbst Ziele setzt. Ziele helfen einem in Leben voran zu kommen und seine Ideen und Bedürfnisse zu erfüllen.

Oliver Pesendorfer, Trainer Coach Mentor

Ein Tag 11 Uhr bis 19 Uhr Kosten €120.--

Termin: 07 August 2010

in der Molino Jesus y Maria, El Algarrobal
29710 Periana (Malaga)
Tel.: 0034 661 440 756

SCHAMANISCHE AUFSTELLUNGEN

Im Schamanismus spielen die Elemente und die 4 Himmelsrichtungen eine große Rolle für Heilungsrituale. Diese werden wir nutzen und gemeinsam mit der systemischen Aufstellung im dem Medizinrad einen Loslass-Prozess aktivieren. Erfahre und spüre die Kraft der Elemente, die Kraft des Medizinrades und die Kraft der Himmelsrichtungen, um einen Reinigungs- bzw. Heilungsprozess zu beschleunigen und abzuschließen

molino - malaga



Ein Tag Von 11 bis 19 Uhr Kosten €120.-- inkl.

Termin: **08 August 2010**

in der Molino Jesus y Maria, El Algarrobal
29710 Periana (Malaga)
Tel.: 0034 661 440 756

Seminar "Kommunikation bestehen"

Kommunikation ist allgegenwärtig. Durch verschiedene Einflüsse wie Erziehung, Umfeld oder Ausbildung, fühlen sich viele Menschen in einem Gespräch sehr unwohl und unsicher. Gerade in Gesprächen mit dem Chef oder dem Lehrer.

Jedem missglückten Kommunikationsversuch liegen diverse Glaubenssätze und Muster zugrunde.

Mit Übungen, die dieses Muster zum Vorschein bringen, kann man schon in kurzer Zeit lernen bei all diesen Gesprächen klar und durchschlagend zu bestehen.

Lernen Sie Ihre Wünsche durchzusetzen und Ihre Ziele zu erreichen.

Werden Sie „Profi“ vor Menschen ohne Aufregung oder Nervosität zu sprechen.

Üben Sie Vorträge zu halten und Meetings ohne Vorbehalte zu führen.

Trainer /- Innen Oliver Pesendorfer Trainer Mentor Coach und Irmgard Pesendorfer
Trainerin Mentorin und Coach

Ein Tag Von 11 bis 19 Uhr Kosten €120

Termin: **14 August 2010**

in der Molino Jesus y Maria,
El Algarrobal, 29710 Periana (Malaga),
Tel.: 0034 661 440 756

molino - malaga



Seminar „Dem Leben eine Neue Richtung geben“

Kennst du das Gefühl, dass Dir vor lauter Stress weder Raum noch Zeit für Träume bleibt?!

Das Leben zieht Im Alltagstrott vorbei. Richte deinen Horizont neu aus! Werde dir bewusster welche Ziele du erreichen möchtest. Wofür du lebst und welchen Weg du in diesem Lebensabschnitt einschlagen wirst.

Gewohnte Muster und Prägungen verabschieden. Altes loslassen und Neues umarmen.

Finde heraus was dein Weg ist. Beginne dein Leben neu!

Oliver Pesendorfer, Trainer Coach Mentor

Ein Tag 11 Uhr bis 19 Uhr Kosten €120.--

Termin: **15 August 2010**

in der Molino Jesus y Maria, El Algarrobal
29710 Periana (Malaga)
Tel.: 0034 661 440 756

Behandlungen die möglich sind jederzeit - mit
Terminvereinbarung:

LICHTBAHNEN ENERGETHIK

eine entspannende, wohltuende Wirkung auf Körper und Seele. Die Lichtbahnen Methode ist eine neue sanfte Anwendung, sie ist einfach und wirkungsvoll. Sie verbindet das Licht der Seele mit dem Körper. Eine spirituelle Meridian Anwendung, die auf dem traditionellen chinesischen Meridian-System basiert. Die Ursache jeder gesundheitlichen Störung liegt unter anderem in einer Disharmonie des Energiesystems. Die Balance wird durch das Lösen von Blockaden wieder hergestellt. Eine kosteneffektive, ganzheitliche Methode – eine wahre Revolution für unser Gesundheitssystem! Die Anwendung erfolgt durch sanftes

molino - malaga



Berühren des Körpers in einer bestimmten, Abfolge. Schon nach einer Sitzung werden Sie spüren, wie alte Lasten von Ihnen fallen.

Dauer der Anwendungen ca.1,5 Stunden - Preis €55,--

KLANGMASSAGE MIT KLANGSCHALEN

Der Ursprung der Klangschale liegt im gesamten Himalaya Gebiet wo sie seit über 5000 Jahren zur Meditation, Selbstfindung, Heilung und Einweihung eingesetzt wird.

Klangschalenanwendungen bewirken eine Harmonisierung von Körper Geist und Seele.

Wirkung: Ihre innersten Körperzellen werden durch die Klänge berührt und ständig mit Lebensenergie neu belebt. Die Selbstheilungskräfte werden angeregt. Sinne und Wahrnehmung werden positiv gestärkt, die Entgiftung des Körpers wird gefördert.

Dauer der Anwendungen 30 Min Preis €26,--

EINE URALTE METHODE NEU ENTDECKT

Die Raindrop Methode ist eine aus Nordamerika stammende Körperanwendung, die auch in Österreich schon großen Anklang findet. Diese Anwendung entspannt und lockert auf einzigartige Weise die Rückenmuskulatur und lindert so Schmerzen, von denen beinahe jeder Erwachsene im Laufe seines Lebens heimgesucht wird.

Die energetische Raindrop Technik arbeitet mit einer Kombination hochwirksamer ätherischer Öle- reinste Essenzen, welche nicht einmal den Gedanken eines synthetisch hergestellten Zusatzstoffes beinhalten.

Dauer der Anwendungen 1,5 Std.Preis €68,--