

DIAMANT – TAG 14



«Ich kann das nicht! Ich kann nicht intuitiv essen.»

Du kannst Dir schon denken, dass dieser Gedanke Dich zurück hält, oder?

Damit ist heute Schluss!

Heute machen wir eine interaktive Diamant-Übung, um Deine Glaubenssätze zu verändern 😊

Das Besondere: Dein Körper wird Dich dabei unterstützen. Legen wir los! Steh einmal auf und klicke Dich in die Übung, um Deine hemmenden Gedanken zu verändern...

Deine heutigen Aufgaben:

Absolviere gemeinsam mit mir diese interaktive Übung!

Wiederhole die Übung gerne mit weiteren hemmenden Glaubenssätzen.

Bleib aktiv und höre bei einem Powerwalk Dein Aktiv-Audio.

Welche Deiner neuen Gewohnheiten hast Du heute umgesetzt und wie ist es dabei gelaufen?

Reflektiere sie in Deinem Erfolgskompass.

Befreie Dich von Dingen, die Dich zurückhalten. Von Gedanken ganz besonders!