

GLÜCKSKIND® Sigrig Gleinser
Dipl. Yoga-Lehrerin Leitung der GLÜCKSKIND® Akademie
Dipl. Intuitions- u. Bewusstseinscoach
Yogalehrer Aus- und Fortbildungen in Innsbruck
A-6167 Neustift i.St., Gasteig 2
www.glueckskind.co.at T +43 676 606 85 84



GLÜCKS News Dezember 2016

Liebe Freunde, Klienten, Interessenten!

Am 25. November 2016 ereignete sich - astrologisch betrachtet - ein markanter Wendepunkt, wie ich bei Silke Schäfer nachlesen konnte. Das ganze Jahr 2016 stellt einen *Zwischenraum* dar, schreibt Silke Schäfer mehrmals in ihren Sternen-News und Vorträgen: <http://silkeschaefer.com/>

Wir stehen vor der Entscheidung, wie wir unser Denken und unsere Energie ausrichten wollen, was wir im Bewusstsein tragen.

Ich empfehle Euch, Euch ganz klar zu werden, wo Ihr im Leben hin wollt und wie Ihr Euch fühlen wollt. Unser **Fühlen** bestimmt, was uns entgegenkommt, was uns geschieht – das **Fühlen** ist eine Art Gebet, es verursacht im Quantenfeld eine Reaktion. Das, was wir immer wieder fühlen bzw. wie wir uns fühlen, wird immer wieder wiederholt.

Es ist wichtig, sich seines Fühlens klar zu werden.

Eine Übung zum Verändern Deines Haupt-Lebensgefühls findest Du in den aktuellen GLÜCKS Impulsen.

Fokussieren wir uns.

Wie will ich mich fühlen und wo will ich im Leben hin?

Das sind die wesentlichen Fragen!

Ich wünsche Euch innere Ruhe und viel Lächeln

Euer "GLÜCKSKIND" Sigrig

AKTUELLES

- **Meine Meditations-CDs** „Fundament“ und „Säulen“ sind nun bei mir erhältlich (ohne Hintergrundmusik). Man kann auf meiner Website sowie auf YouTube die kostenlose kurze Atem-Meditation ausprobieren:

<https://www.youtube.com/watch?v=FktAZh406s8>

Preis pro CD: € 21,- / **Doppelpack um € 36,-**

Die Preise verstehen sich im Falle des Versandes zuzüglich Porto und Verpackung:

Österreich + € 3,- / EU + € 4,-

Weihnachtsangebot:

Die GLÜCKSKIND® Meditations CDs als Geschenk, in weihnachtliches Papier + Schleife verpackt, gerne auch mit einem Kärtchen (Wunschtext), ohne Aufpreis für die Geschenkverpackung und das Kärtchen. Auf Wunsch direkte Zusendung an Geschenkeempfänger.

Inhalt:

CD 1 – "FUNDAMENT":

Die Holistische Hautatmung (12:50)

Tiefen-Entspannung, Regeneration und innere Weite

Besonders empfohlen bei Hautproblemen, Anspannung und Stress

Das Liebeslicht – La´a Kea (aus Hawaii) (8:19)

Harmonie durch schöpferische Herzenskraft

Erklärung: Heilkreis (0:51)

Energie-Klärung im Heilkreis (8:20)

Du kommst zurück in Deine ursprüngliche, pure Kraft.

Kurze Atem-Meditation (1:32)

Diese gibt es auch auf meiner Website zum Downloaden sowie auf YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=FktAZh406s8>

CD 2 – "SÄULEN":

Reise durch den Regenbogen (10:46)

Harmonisierung der Energiezentren (Chakras), Präsenz

Kennenlernen Deines Inneren Kindes (6:14)

Umerleben und Lösen von schwierigen oder schmerzhaften Situationen gemeinsam mit Deinem Inneren Kind (8:37)

Erklärung: Körperzellgedächtnis (0:42)

Die Magie der Körperzellen (7:44)

Das Unterbewusstsein wird durch Bewusstseinstaining zum hilfreichen Assistenten für ein erfolgreiches, liebevolles, leichtes Leben - 21 Tage wiederholen.

Meine nächsten Workshops:

siehe auch <http://www.glueckskind.co.at/index.php/angebot/workshops>

Intensiv Workshop am 16.+17.12.2016 in Innsbruck

**Für Therapeuten, Masseure, Energetiker und Yogalehrer:
DIE WIRBELSÄULE im Detail – ganzheitliche Unterstützung
bei Schmerzen, Verspannungen, Fehlstellungen und Erkrankungen**

Freitag 16:00 – 20:00 Uhr, Samstag 09:00 – 16:00 Uhr

Ort: Seminarzentrum Lichtgarten, Dr.-Glatz-Str. 27, 6020 Innsbruck

Preis: € 250,- inklusive Hand-Out, Tee, Kaffee

Frühbucher bis 1.12.: € 230,-

Storno ab 1.12.: € 230,-

Mitzubringen:

- das Hand-Out (schicke ich vorher per E-Mail zu)
- Schreibzeug und Papier
- passende Yoga-Kleidung (Umziehen dort möglich)
- eigene Yoga Matte (Verleih mit Vorbestellung € 1,- pro Matte pro Tag)
- ein Anatomie-Buch (gibt es ab € 5,-)
- das Buch "Heile Deinen Körper" von Louise L. Hay
- Jause, Trinkflasche

Sehr viele Menschen leiden unter Schmerzen im Bereich der Wirbelsäule.

An diesem Wochenende gehen wir die einzelnen Wirbelgruppen durch. Am beweglichen 3D-Wirbelsäulen-Modell nach Breuss sehen Sie sehr schön, wie die Wirbelsäule tatsächlich aussieht, die Ausgänge der Spinalnervenpaare, Bandscheiben, Stadien des Bandscheibenvorfalles. Ich unterrichte, bei welchen Symptomen bzw. Erkrankungen der Wirbelsäule man welche Übungen anbieten kann (Atemübungen, Asanas, meditative Übungen), welche seelisch-emotionalen Ursache hinter welchem Krankheitsbild stehen kann und zu welchem Chakra welcher Bereich und welches Thema gehört. Auch über die energetische Chakrenbehandlung können Sie Ihren Klienten bei Wirbelsäulenproblemen unterstützen.

Bei der GLÜCKSKIND[®]-Methode handelt es sich um die spezielle Verbindung von Mentalem Training, HUNA Schamanismus, Gesichtsdiaagnose, Intuitions- und Bewusstseinstraining, Yoga und Atemlehre

Intensiv Workshop in Innsbruck am 13.+14.01.2017

MEDITATION – KONTEMPLATION – INTUITION – KONZENTRATION

Für Interessierte: MEDITATIONEN FÜHREN LERNEN

Interessanter Workshop auch für:

Energetiker, Heilpraktiker, Yogalehrer und verwandte Berufsgruppen

Freitag 16:00 – 20:00 Uhr, Samstag 09:00 – 16:00 Uhr

Preis € 250,- inkl. Skriptum, Tee und Kaffee zur freien Entnahme

Frühbucher bis 27.12. € 230,-

Storno ab 30.12.: € 230,-

Ort: Seminarzentrum Lichtgarten, Dr.-Glatz-Str. 27, 6020 Innsbruck

Anmeldung bitte bei mir inkl. Mailadresse für Skriptum

Tel. 0676 606 85 84 E-Mail sigrid.gleinser@glueckskind.co.at

#An diesem Wochenende erkläre ich die 4 Begriffe Meditation, Kontemplation, Intuition und Konzentration - und wie diese 4 zusammenhängen.

Sie erfahren viel Wissenswertes über die Hemisphären, Funktionsweisen des Gehirns, Zusammenhänge zwischen Gedanken, Gefühlen und Hormonen, Wirkungen der Meditation und einfache, leicht anwendbare Möglichkeiten für Kurzübungen im Alltag.

Mein Hauptanliegen ist es, die Spiritualität als selbstverständlich zu leben, im Alltag, einfach so, ohne großes Ritual und ohne sich eine "Aus-Zeit" (welch Unwort!) nehmen zu müssen.

Es ist einfach, zu meditieren oder sich in Achtsamkeit zu üben (Kontemplation).

Ebenso haben Sie die Möglichkeit - wenn Sie dies möchten - eine Meditationsübung anzuleiten und Feedbacks von der Gruppe und mir zu bekommen.

Wie leitet man eine Meditation richtig an, worauf nimmt man Rücksicht bei Anfängern und Fortgeschrittenen, wie bringt man die Teilnehmer in die richtige Gehirnstromfrequenz, was ist wesentlich?

Alle meine Workshops gestalte ich interaktiv, Sie gestalten durch Ihre Fragen und Anregungen das Wochenende mit.

Meine EMPFEHLUNGEN – von Herzen:

Empfohlene, sich wiederholende Veranstaltungen:

YOGA für FREIGEISTER

mit Samantha Lotz, Innsbruck, immer am Mittwoch 19:00 – 20:30h:

Termine: Mi. 30.11., 7.12., 14.12., 21.12.

im Seminarzentrum Lichtgarten, Dr.-Glatz-Straße 27 in Innsbruck

Preise: 3 x aufeinanderfolgend um € 45,- / drop-in (Einzelbesuch) um € 18,-

rechtzeitige Anmeldung erbeten bei Samantha Lotz: s.lotz@tsn.at oder 0650 777 84 33

Samantha ist die Meisterin in Sachen präsent sein, wenn Widerstände kommen. In ihren Yoga-Einheiten beruhigen sich die Gedankenwellen, Körper-Geist-Seele kommen in eine tiefe Entspannung, Verspannungen lösen sich, die Intuition öffnet sich.

Zu Beginn jeder Yoga-Einheit haben alle Teilnehmer die Möglichkeit, Wünsche anzubringen.

Sams Yoga Einheit verläuft ruhig, ist individuell gestaltet, gleichzeitig humorvoll und wird mit einer geführten Meditation (Bilderreise) sowie einem (von Sam gesungenen) Mantra und Stille abgerundet.

Kostenlose Info-Abende bei Arno Richter in Wörgl

Energetik, Mentaltraining & mehr

Auch Arno durfte ich im Zuge der Mentaltrainer und Energetiker Ausbildung begleiten, er hat sich auch mit anderen Methoden beschäftigt, mehrere alternative Ausbildungen absolviert und verbindet all dies ganz wunderbar.

Seine Arbeit mit Kindern und Jugendlichen, aber auch mit Erwachsenen empfehle ich wirklich aus tiefstem Herzen. Arno verknüpft sehr schnell, ist aufmerksam und einfühlsam.

Arno über seine Info-Abende: „Ich beantworte gerne alle Deine Fragen. Sehr gern möchte auch diese Gelegenheit nutzen, um Dir meine Arbeitsschwerpunkte sowie meine Methoden zu erklären.“

Immer Dienstag 18:00 – 19:30 Uhr: 6.12., 13.12., 20.12.

Peter Anich-Str. 21, 6300 Wörgl

Anmeldung / Info: <http://www.arnorichter.net/>

siehe Beilage Arno Richter

Yoga in Innsbruck mit Helene Krainer, Alpine Yoga, sowie Yogalehrer Ausbildungen:

Helene ist die „bunteste“ Yogalehrerin, die mir bisher begegnet ist. Ihre Einheiten sind so abwechslungsreich, durchklungen von Esprit, Humor, Weisheit und Challenge.

Helenes Ausbildungen sind Yoga Alliance zertifiziert!

Hier ist ihre Seite:

<http://www.alpine-yoga.at/>

Marco Längst, Yoga in Innsbruck

im Thera Yoga Park Innsbruck, Doktor-Franz-Werner-Str. 30:

Wer einen Yoga-Lehrer sucht, der auch ein fundiertes Wissen über die Anatomie mitbringt, ist hier in besten Händen! Gestern nahm ich an Marcos Restorative Yoga-Einheit teil. Ich bin begeistert!

Ich habe nun doch einige Zeit nach einem Lehrer gesucht, bei dem ich mich gut aufgehoben fühle, der keine Massenveranstaltungen abhält und für seine Teilnehmer voll und ganz da ist, der mich auch inspiriert und bei dem ich meine Yoga-Praxis erweitern und vertiefen kann. In Marco habe ich diesen Lehrer gefunden.

Hier der Link zu Marcos Seite: <http://yoga-in-innsbruck.at/>

Dezember-Events:

3.+4.12. AKKIS Stand am Zirler Adventmarkt, Mag. Axel Brunner,

Mein lieber Bekannter Axel bietet hochwertige ätherische Öle an und produziert auch selbst welche.

„Wir haben auch heuer wieder einen Verkaufsstand am **Zirler Adventmarkt**, (Stand Nr. 2 am Pavillons-Vorplatz) wo es viele schöne Sachen aus dem AKKIS Angebot gibt. Außerdem bieten wir tolle Holzarbeiten und kleine Basteleien aus Naturstoffen an, die sich perfekt als Weihnachtsgeschenke eignen!“

Kontakt:

AKKIS – Mag. Axel Brunner

+43 664 500 5053

office@akkis.at

www.akkis.at

Yogafrühstück am Sonntag, 4.12.2016 in Innsbruck, Studio JA Yoga:

Davor oder danach wählen und deinen Wahlsonntag zum Wohlsonntag machen.

Yoga 9:30 bis 11:00 Uhr - Frühstück im Anschluss

- mit deiner 8er Karte kommen!

- oder einmalig: € 15.-

Bitte anmelden: info@alpine-yoga.at, per Sms: 0676 4291131

[JaYoga, Andechsstraße 48, 6020 Innsbruck](http://www.alpine-yoga.at)

11. + 12. 12., Seefeld, Yoga Workshop mit Marco Längst im ***SPA Hotel Klosterbräu:**

wärmste Empfehlung! Siehe Beilage

Jänner-Events:

20.-22.1. AUSBILDUNGSMODUL in Innsbruck mit Sabine Maria Peinsipp, Naturzauberreich "FÜHL DICH WOHL – AROMATHERAPIE FÜR DIE SEELE – AROMATOUCHE – DUFT & BERÜHRUNG"

MAGISCHE PFLANZENESSENZEN FÜR OPTIMALE ENTSPANNUNG & GESUNDHEIT

Dieses Ausbildungsmodul findet in der Oase Lichtgarten/Innsbruck ab einer Personenanzahl von 8 Personen statt – **Anmeldung bis 9. Dezember 2016 erforderlich!**

Ziel des Ausbildungsmoduls:

Sofortige Anwendung obiger genannter Ausbildungsmodule für eine wunderbare & entspannende Tätigkeit mit ätherischen Ölen & ihre therapeutische Anwendung

Ort:

LICHTGARTEN

Dr.Glatz-Strasse 27

6020 Innsbruck

Kosten:

Euro 350,--

Vortragende & Seminarleiterin:

Sabine Maria Peinsipp

Aromatherapeutin - Inspiration & Impulse für Aromatherapie für die Seele, Intuitions- & Bewusstseinstrainerin, Wildkräuterpädagogin - Wilde, gesunde Ernährung & Entgiftung mit Wildkräutern, Schamanische Dimension - heilende Begegnung zwischen Mensch, Tier & Natur
Mein Wirken ist getragen von der LIEBE ZUR NATUR.

Anmeldung bis 9.12.2016:

sabinemaria@naturzauberreich.at

0699/15548866

Details siehe Beilage „Aroma Touch“

Diverses:

Gesundheit verschenken!

Ein tolles Weihnachtsgeschenk:

Gutscheine von Diätologin Karin Ratschiller, Ernährungscoaching Tirol, siehe Beilage

Karins Website: <http://www.ernaehrungscoaching-tirol.at/>

Kompetente, unabhängige und kostenlose Beratung in Sachen Versicherungen:

Wer von Euch kennt das nicht – Versicherungen. Wir alle brauchen sie, aber keiner will sich damit beschäftigen, es ist ein einziger Dschungel. Es gibt so viele Produkte von zahlreichen Versicherungs-Gesellschaften – welches passt für mich?

Wer gerne einmal eine Überprüfung seiner diversen Versicherungsverträge vornehmen lassen möchte, oder irgend eine neue Versicherung abschließen will, ist bei meiner lieben BNI-Kollegin **Mag^a. Gabriele Zach-Rainer** in besten Händen! Gabi ist mit ihrer langen Berufserfahrung absolute Fachfrau - und noch dazu total sympathisch. Sie hört gut zu, was Deine Wünsche sind, überprüft den Bestand und gibt professionelles Feedback... Und das **kostenlos!**

Kontakt:

Mag^a. Gabriele Zach-Rainer, selbständige Versicherungsmaklerin
Die Versicherungsmakler Tirol, 6410 Telfs, Anton-Auer-Straße 1
Tel. 0650-60 78 262
Mail zach-rainer@dieversicherungsmakler.tirol

EDV, Datensicherung, Hardware & Co:

Auch für diesen Bereich erfreue ich mich, jemanden zu kennen, der sich wirklich auskennt! Welches Problem auch immer auftritt – bei Michael Schuster anrufen, Hilfe kommt umgehend! Zu meiner Freude kann man bei Michael auch userfähig aufbereitete Hardware kaufen, er setzt gerade für unseren Sohn einen Laptop auf. Ich wüsste nicht einmal, welches Gerät ich kaufen sollte, und erhielt sofort nach meiner Anfrage bei Michael eine E-Mail mit einer tollen Auswahl von 3 passenden Geräten. So macht Laptop kaufen Spaß :-)

Kontakt:

Michael Schuster – Der EDV-Schuster
Kapellenweg 4a, 6065 Thaur
Tel. 0676 33 71 587
Mail: michael@edv-schuster.at

Ich freue mich, wenn ein wertvoller Tipp für Dich dabei war!

Gerne an Interessierte weiterleiten.

Von Herzen, Sigrid

**+43 (0)676 606 85 84 * sigrid.gleinser@glueckskind.co.at
www.glueckskind.co.at**

