

Ihre Kräfte stärken, um Ihre Energie frei zu lassen!

◦ Potenzialcoaching & Stressmanagement ◦

Das Leben ist heute geprägt durch Schnellebigkeit und Veränderungen - nicht nur auf den Finanzmärkten. Stress, hohe Anforderungen und Druck am Arbeitsplatz, in der Familie und in der aktiven Freizeit gehören zum Alltag. Erste Symptome führen die Betroffenen in meine Praxis nach Winterhude: „Ich muss etwas für mich tun, so geht es nicht weiter...“ sagen sie sich und suchen neue Wege neben der Schulmedizin, Krankengymnastik oder Massage. So ging es auch mir vor vielen Jahren und seitdem engagiere mich für diese Arbeit und Haltung zum Leben.



Ich entwickelte eine tiefenwirksame Kombination von Coaching und Shiatsu: Shiatsu-Balance kann helfen, das innere Gleichgewicht wieder zu finden. Die Körpersymptome mit Kopf-Nacken-Rücken- und Schulter-Brust- oder Bauchschmerzen, innerer Unruhe, Müdigkeit, Herzrasen, Schlafstörungen reduzieren sich i.d.R. ebenso emotionale Symptome, wie Ängste, leichtes Aufbrausen oder Antriebslosigkeit. Coaching wirkt auf der bewussten mentalen Ebene, Shiatsu auf der unterbewussten Ebene und sorgt so für nachhaltige Wirkung.

Meine Klienten möchten zu ihren gesunden Ressourcen, ihrer Vitalität und Klarheit über ihre Ziele und Bedürfnisse zurückfinden und das kann ich mit meiner Arbeit anbieten.

Über 20 Jahre arbeite ich als Trainerin, Shiatsuexpertin, Coach und sammelte Erfahrungen im Leistungssport und als Tänzerin auf der Bühne. Parallel erlebte ich in meiner 15jährigen Berufstätigkeit als Kauffrau, wie Menschen in verschiedenen Firmenorganisationen und Veränderungsprozessen arbeiten, denken, fühlen und handeln. Ich absolvierte Weiterbildungen in Japan, Amerika und der Schweiz in Shiatsu, Yoga, lösungsorientierter Kommunikation und als systemischer Coach.

Sie suchen Ihren Weg zu mehr Vitalität, Beweglichkeit, erholsamen Schlaf, neuen Ideen und Möglichkeiten? Sie sind stark eingespannt und wollen Ausgleich, Entlastung und mehr Kraft und Lebensfreude? Mit diesem Newsletter mache ich Ihnen ein interessantes Angebot zum Kennenlernen. Ich freue mich über Ihren Anruf!



Gewinnen Sie einen ersten Eindruck über mein Video www.shiatsu-balance.de und informieren Sie sich über Firmenangebote auf www.gs-coaching.de

Gabriele Schmeer
Systemischer Coach · Shiatsuexpertin
Hans-Henny-Jahnn-Weg 8 | 22085 Hamburg
Tel.: 040 220 72 76 | Mobil: 0171 127 27 27