

Nimm dir Zeit für dich und deinen Zauperfunken!

POTENTIAL-ENTFALTUNGS-

RÄUME FÜR KLEINE & GROSSE MENSCHEN

GROOVEKIDS.YOGA.KLANGRAUM.GROOVEDANCE.GROOVEZWERGE.MALSPIEL.KREATIVRAUM.FAMILYGROOVE.U.V.M. ANMELDUNG&KURSPROGRAMMUNTERWWW.COCOUNDLOUIS.AT www.cocoundlouis.at.069919296991



"Ich Tanze durche Ceben und du? Wenn wir herausfinden, was uns selbst gut Tut und dies dann auch Tun, sind wir der größte Beitrag und die wirksamste Veränderung für unser Venfeld."

Entdecke den Zauberfunken in dir!

Was macht den wertfreien Raum aus? Wie können wir dem Wort Wertfreiheit Wahrheit und Dynamik einhauchen? Es ist eine Gleichung gegen die Unendlichkeit. In jedem von uns stecken so viele Bewertungen und Ansichten, dass wir uns niemals aller bewusst werden können. Einzig unser Glaube, an ein achtsames, respektvolles Miteinander, das Vertrauen in uns und in unser Gegenüber, macht es möglich, sich über den Konstrukten von Hirn und Verstand hinwegzusetzen. Glaube hat nichts mit dem Kopf zu tun, es ist die Stimme des Herzens. Sie spricht liebevoll, frei, mutig und ist offen für neue, unbeschrittene und unentdeckte Wege. Das größte Geschenk, was wir uns daher selbst machen können, ist diese Stimme in uns wieder wahrzunehmen und unserem Herzen zu folgen. Wir müssen wieder wie die Kinder werden und uns selbst bewusst werden, welche Schätze in uns schlummern. Aktiviere deinen Zauberfunken in dir!

Nimm dir Zeit für dich und deinen Zaußerfunken!

Du interessierst dich für den Zauberfunken, die Begeisterung und den wertfreien Raum. Schau einfach in die Kursübersicht und komme vorbei oder trage dich ein fürs nächste "Wochenendseminar".



POTENTIALENTFALTUNGSRÄUME FÜR KLEINE & GROSSE MENSCHEN

Was ist denn daran so begunders (wichtig)?

Bist du mit deinem Zauberfunken verbunden? Alle Kurse von Coco & Louis verstehen sich als Erfahrungsräume für die Entfaltung der eigenen Potentiale. Wenn wir mit uns gut verbunden sind und uns spüren, dann können wir gar nicht anders als unseren Zauberfunken wahrzunehmen. Dieser Zauberfunke ist die pure Lebendigkeit und lässt uns unsere Potentiale frei entfalten. Hierfür benötigen wir wertfreie Erfahrungsräume. Diese erlauben uns frei von Sinn und Verstand, vom Urteil anderer oder vom eigenen Urteil zu handeln. Was dann zum Ausdruck kommt, entspringt unserer eigenen Quelle, unserem Zauberfunken. Diese Quelle bringt unser Talent und unsere Einzigartigkeit zum Vorschein, lässt uns Begeisterung erfahren und weist uns unseren selbstbestimmten Weg. Coco & Louis bietet solche wertfreien Räume. Alles was du hier an Erfahrungen sammelst, ist dein eigener einzigartiger Schatz.

PROGRAMMÜBERSICHT

Nimm dir Zeit für dich und deinen Zauserfunken!

Alle Angebote sind flexibel mit einem Punktesystem zugänglich.

Du entscheidest, welche Angebote du nutzen möchtest und wann. Am Vortag schicke ich dir immer einen Anmeldungslink für deinen Kurs. Für 1 zu 1 Behandlungen im Klangraum machst du einfach bei mir einen Termin aus. 1 Punkt kostet 1 Euro. Die Punkte bekommst du von mir auf Rechnung zum Überweisen.

GROOVE KIDS® für Kinder von 6-10 Jahren

Die Groove Tanzfläche bietet Kindern den perfekten, kreativen Rahmen sich auszupowern, sich auszuprobieren, Entspannung zu erfahren, Verbundenheit mit anderen, aber auch mit sich selbst zu spüren. MO 16.00 bis 17.15 Uhr, TURNHALLE DER VOLKSSCHULE BRIXEN, Pfarrfeld 1, 6364 Brixen im Thale

IN DER KLANGMASSAGE zurück zu dir

Die Klangschalen werden auf den Körper gestellt und angeschlagen, dabei breiten sich entspannende Klangwellen aus. Die Kombination aus Klang und Schwingung wirkt magisch auf deinen Körper.

Termine jeden Dienstag vormittags und nachmittags möglich. Abendtermine auf Anfrage. KLANGRAUM KIRCHBERG . Reither Gasse 5 · 6365 Kirchberg in Tirol

BEI INTERESSE BITTE MELDEN

FamilyGROOVE: Open Kids Space
Freiraum für Kinder und Familien
Kreativraum: Saisonales Basteln, Familienangebote oder Paint light in the dark
Die Wildblumenzeit Auszeit:

Der Raum um auf einzigartige Weise zu wachsen & zu blühen.

Termine werden immer aktuell über die Communitygruppe gepostet.

GROOVE DANCE® für Erwachsene

Groovige Beats, meditative Klänge und der besondere Rahmen, der auf eure Bedürfnissen abgestimmt wird, machen diesen Kurs zu deiner persönlichen Auszeit.

DI 18.30 bis 20.00 Uhr, ALTE GERBEREI, Lederergasse 5, 6380 St. Johann in Tirol

GROOVE ZWERGE® für Kinder in Begleitung

Wir tanzen, sporteln, machen Yoga und zelebrieren die gemeinsame Zeit. Dabei gibt es in jeder Stunde einen neuen Gerätespielplatz und eine passende Geschichte drum herum. Für Kinder von 3-5 Jahren in Begleitung. MI 16.00 bis 17.15 Uhr, TURNHALLE DER VOLKSSCHULE BRIXEN, Pfarrfeld 1, 6364 Brixen im Thale

MALSPIEL nach der Methode von Arno Stern

Das Malspiel findet in altersgemischten Gruppen statt und ist für jeden, egal ob Kind, Jugendlicher oder Erwachsener, geeignet. Im Malort findet ihr alles, was ihr fürs Malspiel benötigt. Do 16.00 bis 17.30 Uhr, MALORT KIRCHBERG . Reither Gasse $5 \cdot 6365$ Kirchberg in Tirol





GROOVEKIDS für Kinder von 6-10:

In diesem Kurs sind die Kinder die größten Schätze.

Mein Körpergefühl - was ist das und was stelle ich damit an? Basiswissen über Körperenergie und den Einklang von Körper, Geist und Seele ganz groovy vermittelt mit Bewegung, Tanz, Spiel, Yoga, Soundhealing Instruments. Wir sind in unserer Mitte, wenn wir uns bewusst mit uns beschäftigen. Stell dir vor, ein Ball steht für die Mitte, für die innere Balance von deinem Kind. Wie oft hat dein Kind die Möglichkeit den Ball direkt vor sich zu halten und sich damit selbst zu beschäftigen? Im Alltag wandert der Ball gezwungener Maßen viel ins Außen. Ihr Handeln und Denken wird von außen bestimmt. Ihre Gedanken werden durch Bewertungen, Medienreize etc. ins Außen katapultiert. Bei den GROOVEKids gebe ich den Ball sooft mir möglich wieder zurück ans Kind und gebe Impulse für die Entfaltung seiner Potentiale. In dieser wertfreien und wertvollen Zeit kann dein Kind seinen Körper und sich entdecken, aber auch im Außen wahrnehmen, was sich verändert, wenn man ganz in seiner Mitte ist. Was wir so machen? Wir powern uns aus, kommen zur Ruhe und besprechen das, was zum Ausdruck kommt. Dieser Kurs wird von einer persönlichen Heftmappe begleitet, so dass auch ihr nachlesen könnt, wie ihr euer Kind im Alltag unterstützen könnt, die innere Balance bewusster zu integrieren, so dass sie ihre eigenen Schätze entdecken und in ihrer eigenen persönlichen Schatzkiste gut aufbewahren können.



Im KLANGRAUM zurück zu dir:

Es gilst einen Ort der Stille und des Frieders in uns. den wir begrohen können so oft wir wollen.

Als ich Mama wurde und meine großartigen Kinder meine Welt auf den Kopf gestellt haben, wurde mir eins bewusst: Mein Wohlbefinden und meine Gesundheit ist nicht nur für mich wichtig, sondern auch für mein gesamtes Umfeld.

Wenn ich meine Bedürfnisse ernst nehme, schaffe ich mir den Rahmen, auch für andere da zu sein, ohne dabei aus meiner Mitte zu fliegen und diese Mitte ist für uns alle wichtig, egal ob du in die Arbeit gehst, Verwandte besuchst oder bewusst dich in deiner Freizeit zentrierst. Diese Mitte ist Quelle für ein gesundes Miteinander, in dem jeder aufgefordert ist, für sich, sein Wohlbefinden und seine Gesundheit Sorge zu tragen. Was ist es aber, was uns aus der Mitte wirft? Stress, Emotionen, unsere Gedanken und Verletzungen u.v.m.. Im Klangraum verwende ich verschiedene Klanginstrumente wie z.B. die Stimmgabeln und die Klangschalen. Diese werden auf den Körper gestellt und angeschlägelt. Dadurch breiten sich in deinem Körper Schwingungswellen aus, die ganz wertfrei dass im Körper regeln, was gerade gebraucht wird.

Termine jeden Dienstag vormittags und nachmittags möglich. Abendtermine auf Anfrage. KLANGRAUM KIRCHBERG . Reither Gasse $5\cdot6365$ Kirchberg in Tirol . +43 6991 929 6991



Die Klangmassage wirkt ganzheitlich und aktiviert deine Selbstheilungskräfte. Sie ist für Jung und Alt geeignet! Hier besuchst du deinen Ort der Stille, schaffst Raum und Zeit für dich

ENERGIEAUSGLEICH

90 min. 80 Euro

KLEINE KLANGMASSAGE 60 min. 60 Euro

MIT IL-DO® KÖRPERKERZE

plus 25 Euro

30 min. 40 Euro

IL-DO® KÖRPERKERZE MIT

30 min. 40 Euro

WEITERE ANGEBOTE

- **BERATUNGSGESPRÄCH**
- **CRANIO-SACRAL-THERAPIE**
- YOUNG LIVING ESSENTIAL **OIL AROMATHERAPIE**
- **STIMMGABELTHERAPIE**
- **KLANGREISEN** (Workshops für Gruppen auf Anfrage)







GROOVE DANCE für Erwachsen:

In deiner Mitte sprudett eine gremzenlose Energiequelle, zu der du dieh grooven kanngt.

Was ist, wenn du deinen Füßen und deinem Körper etwas Spaß gönnst. Sie einfach zu mir auf die GROOVETanzfläche begleitest und dir erlaubst den Impulsen der Musik und meiner Stimme nachzugehen. Dieser kreative Prozess bringt dich ohne Umwege zu dir selbst. Du entdeckst auf der Stelle dich, deinen Körper, deine Gedanken und Gefühle. Der wertfreie Raum gibt dir Sicherheit. In der Gruppe erfährst du Verbundenheit und Vertrauen. Hier darfst du sein, wie du bist. Hier darfst du dich so bewegen, wie dein Körper es gern in dem Moment hätte. Schritt für Schritt oder Tanz für Tanz wird sich dein Zauberfunke und deine Strahlkraft zeigen. Du wirst mutiger und offener für deine eigenen Bewegungen, deinen kreativen authentischen Selbstausdruck und entfachst dein inneres Licht durch das Präsentsein in dir.

GROOVE DANCE® für Erwachsene 1 Einheit / 20 Punkte

Groovige Beats, meditative Klänge und der besondere Rahmen, der auf eure Bedürfnissen abgestimmt wird, machen diesen Kurs zu deiner persönlichen Auszeit.

DI 18.30 bis 20.00 Uhr, Alte Gerberei, Lederergasse 5, 6380 St. Johann in Tirol.



GROOVEZWERGE für Kinder von 3-5:

Hier werden Kinder und Erwachsene mutig und gleicherma-Ben zu Tanzenden und spielenden Zwergen, aber auch Riesen.

Bei den GROOVEZwergen geht es manchmal wild und laut zu, da wir uns ausprobieren und so ziemlich alles dürfen. Das heißt aber nicht, dass wir auch anders können, denn auch die Stille, die Kuschelzeit und eine Yogaeinheit mögen wir gern. Jede Stunde startet mit dem Achtsamkeitskreis und dem Zimbelritual, danach wird gegrooved, Yogaübungen gemacht oder Spiele gespielt. Während einer kurzen Jausenpause wird anschließend die Gerätelandschaft aufgebaut, die nach dem Sicherheitscheck von allen bespielt werden darf.

Kindergartenkinder lieben die GROOVEZwerge, treffen hier ihre Freunde und nutzen die Jausenpause als "Ihren Kaffeeklatsch". Krippen- und Krabbelstubenkinder finden in diesem Rahmen auch ihren Platz. Sollte es mal zu wild werden für die Jüngsten, schaut man eine Runde zu oder beschäftigt sich mit den Klanginstrumenten. Wir zaubern, reisen in ferne Länder und entdecken die Natur. Der Fantasie wird keine Grenzen gesetzt und Körper, Geist und Seele freudvoll entdeckt.

Termine jeden Dienstag vormittags und nachmittags möglich. Abendtermine auf Anfrage. KLANGRAUM KIRCHBERG . Reither Gasse $5 \cdot 6365$ Kirchberg in Tirol . +43 6991 929 6991







DER MALORT nach Arno Stern:

Was haben deine Träume mit dem Malspiel zu Tun?

Servus und Hallo! Mein Name ist Linda und ich leite den Malort nach Arno Stern in Kirchberg. Immer wieder erlebe ich Menschen, die das Malspiel verkennen als etwas, was den Sinn in sich trägt ein Kunstwerk zu erschaffen, in welcher die untalentierte malende Person von vornherein zum Scheitern verurteilt ist. Doch das Malspiel hat nichts mit Kunst oder dem Erschaffen eines Kunstwerks zu tun. Das Gemalte verbleibt im Malort und der Malspielende wird nicht für sein Schaffen bewertet. Der Malort ist ein wertfreier Raum. Hier geschieht das, was passieren möchte ohne Vorgaben oder Urteil. Das Malspiel wird lediglich von Regeln begleitet, wie es bei einem Spiel üblich ist, jedoch alles weitere steht dem Malspielenden frei. Was passiert nun, wenn du vor diesem leeren Blatt, welches an der mit Packpapier verkleideten Wand mit Reißnägeln befestigt ist, stehst und ganz frei malen darfst? Oder wenn deine Füße die Tanzfläche in meinen GROOVFDancekursen berühren? Bemalst du das Blatt im Malort, Tanzt du auf der GROOVETanzfläche oder gehst sonst einem kreativen Prozess nach in einem wertfreien Raum, bist du ganz bei dir und du spürst, wie sehr du bei dir bist. Gefühle kommen und gehen. Mit unserer Bewertung halten wir sie fest und unsere Gedanken bringen den kreativen Prozess entweder auf Hochtouren oder zum Stillstand. Das Mindsetting wird gefordert. Wie bereit bist du auf deine innere Stimme zu hören? In dir schlummern Träume, die gelebt werden wollen. Alles was du dir vorstellen kannst, kann auch in Erfüllung gehen. Im Malort lernen wir, uns zuzuhören und geben unserer inneneren Stimme Raum und Zuwendung.

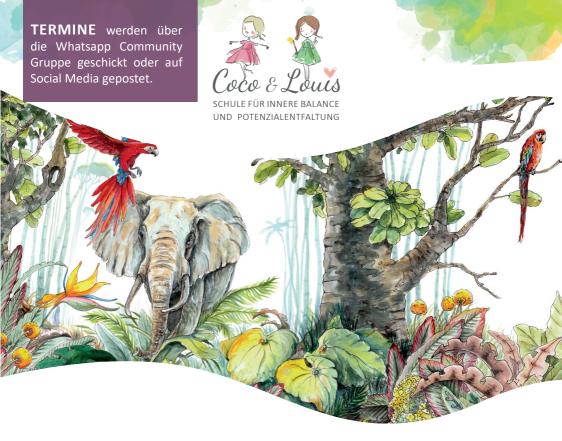


KREATIVWERKSTATT:

Alleg was du dir vorstellen kanngt. kann auch in Erfüllung gehen.

Der Malort und die GROOVETanzfläche bieten Menschen aller Altersgruppen den wertfreien Raum sich frei zu entfalten. Hier lernen wir fliegen. Hier erfahren wir Verbundenheit und Vertrauen, erlauben uns, wir selbst zu sein und entdecken uns, unsere Träume, unsere Wahrheit, unsere Werte ohne der Bewertung von uns oder anderer. Es sind deine Füße und dein Körper, die sich beim GROOVEN frei bewegen und angeleitet durch Musik und Stimme, ganz ihr authentisches Ich erleben und dem nachgehen können, was ihnen genau in dem Moment gut tut. Es ist deine Hand, die malt und schreibt, was gerade in den Sinn kommt. Bei mir gibt es keine Vorgaben und selbst Gefühle und Bewertungen, die während des kreativen Prozesses und während dem Malspiel aufkommen können wie Langeweile, Nichtkönnen, Desinteresse, keine Ideen haben, was man malen könnte, verschwinden. Es ist dein Geist, der Flügel bekommt, wenn du ihn lässt und du es selbst ausprobierst. Du selbst bist deine Inspiration und Motivation, du selbst bist dein größter Schatz, den es zu entdecken gilt. Wir sind so gewöhnt daran, uns das anzueignen, was andere für uns für richtig erachten, das wir vergessen haben auf uns selbst zu schauen. Doch wenn wir auf uns schauen und um unsere Bedürfnisse, Talente und unsere Einzigartigkeit wissen, können wir gar nicht anders, als unsere Träume wahr werden zu lassen. Und ganz wichtig!!!! Potentialentfaltung bedarf keines Applauses, es passiert ganz von selbst. Im Malort wird Begeisterung gelebt und Lebendigkeit. Wir brauchen aber keinen Zuspruch um über uns hinauszuwachsen.





FAMILY GROOVE DANCE®

Fr, Sa oder So (1x im Monat) 16.30 - 18.00 Uhr Open Kids Space Freiraum für Kinder und Familien in der Alten Gerberei in St. Johann

Wir tanzen, feiern und zelebrieren den gemeinsamen Moment, dabeiladen wir die Fantasie ein und lassen uns von ihr entführen. Lass dich überraschen!

Begrenzte Teilnehmerzahl (Kinder ab 6 ohne & mit Begleitung, bis 6 nur in Begleitung)

Bitte anmelden unter 069919296991bei Linda. www.COCOUNDOUIS.at. Kosten 20 Euro

DICH INTERESSIEREN MEINE ANGEBOTE?



Wenn du über meine Angebote informiert werden möchtest, um keine Veranstaltung zu verpassen, teile mir einfach mit, wie ich dich kontaktieren darf. Kurze Whatsapp Nachricht oder SMS an 06991 929 6991 oder eine E-Mail an schule@cocoundlouis.at. Gerne kannst du auch deine Interessen eingrenzen und ich schicke dir nur Infos zu einem bestimmten Kurs. Ich freue mich auch über deinen Anruf, wenn du Fragen hast oder ich dir ein individuelles Angebot machen darf.

WAS IST FAMILYGROOVE?

Die gemeinsone feine Zeit !!!

Einmal im Monat gibt es diese besondere Zeit für euch. Gemeint sind damit alle Eltern mit Kindern, aber auch nur Kinder und auch andere interessierte Erwachsene und Freunde, eigentlich alle die nichts vor haben, ausser sich in der Alten Gerberei zu treffen und sich gemeinsam eine feine Zeit zu machen - dabei gibt es ein paar Regeln und den wertfreien Raum. Jeder wird zum Kind und lässt sich auf unser gemeinsames Spiel ein. Dabei bewegen wir uns durch den Raum, wir tanzen, singen, halten den Moment mit gemeinsames Ritualen an und zum Abschluss gibt es meist eine gemeinsame Jause und noch mehr Spiel und Spaß und Gespräche.







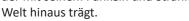


Die Wildblumen-Luszeit

DER RAUM UM AUF EINZIGARTIGE WEISE ZU WACHSEN & ZU BLÜHEN.

Trau dich und spüre das Feuer in dir. Wofür brennt es? Wer bist du? Wann ist deine Zeit dich in deiner vollen Schönheit zu zeigen? Wir Frauen sind göttliche Geschöpfe, Schöpferinnen. Einst wurden wir als Göttinnen verehrt. Doch etwas ist geschehen. Unsere Schwestern, unsere Mütter, unsere Ahnen haben gelernt, sich zu verhüllen, in unsichtbare Tücher. Sie wissen wie sie durchs Leben gehen ohne sich zu zeigen, ohne ihre Größe sichtbar zu machen. Dabei wird ihre Intelligenz verehrt, ihre mütterliche Art, ihr großes Herz, ihre unbändige Energie und Kraft. Wir sind jedoch viel viel mehr. Wir schöpfen aus einer Quelle, die nie versiegt, wenn wir es zulassen - die Urkraft. Wir sind verbunden mit ihr und alles, was wir dafür tun müssen, ist diese wahrzunehmen und diese Kraft wieder in uns integrieren.

Du bist eine wunderschöne Frau, ein magisches Wesen, Inspiration und Licht für dein ganzes Umfeld. Mach dich groß, zeige dich, sei das Licht, was du schon immer warst. Verstecke dich nicht hinter irgendetwas. Sei nicht der Spiegel deiner Umgebung, sondern der Diamant, der mit seinem Funkeln und Strahlen Helligkeit in die







KLANGREISEN FÜR MAMAS UND BABYS

FÜR KLEINKINDER (AB CA. 1,5 JAHREN) UND DEREN ELTERN

Es gilst einen Ort der Stille und des Frieders in uns. den wir bezuchen können so oft wir wollen.

Ich freue mich, wenn du den Weg zu mir findest und dich und deinen kleinen Schatz die Klänge der Klangschalen und anderen Klanginstrumenten berühren dürfen. Ich sage bewusst berühren, denn Klänge gehen unter die Haut wie eine Berührung und haben immer eine Wirkung. Was wir hier genau machen werden, kommt ganz auf eure Bedürfnisse an. Ich stelle den Rahmen zur Verfügung, in dem du und dein Kind ankommen, euch mit anderen austauschen könnt und ich mit wundervollen Klängen, Geschichten und Bewegungsanleitungen zu eurer Entspannung beitragen möchte, ob es manchmal sanft und leise oder laut und wild zugeht, bestimmt ihr.

Als ich Mama wurde und meine großartigen Kinder meine Welt auf den Kopf gestellt haben, wurde mir eins bewusst: Mein Wohlbefinden und meine Gesundheit ist nicht nur für mich wichtig, sondern auch für mein gesamtes Umfeld. Die Klänge der Klangschalen haben mir dabei geholfen, mich zu spüren, mich zu erden und für meine Kinder klangvolle Rituale in den Alltag einzubauen.





WOCHENENDSEMINAR

Meine Erfahrungsräume und meine Schatzkiste für dich.

Was passiert in einem Raum ohne Bewertung?

Das was passieren möchte!

Alle paar Monate teile ich mit dir meine Erfahrungsräume und meine persönliche Schatzkiste an wertvollen Impulsen für Kinder und Erwachsene. Du möchtest mehr über den werfreien Raum wissen, möchtest das Malspiel erproben, dich interssiert Arno Stern und die Formulation, aber auch das GROOVEN hat es dir angetan? Dann rufe mich kurz an oder schreibe mir eine Nachricht oder E-Mail. Das nächste Wochenendseminar ist bereits in Planung. Ich freue mich, wenn du dabei sein möchtest.





- Energetische Praxis für Erwachsene & Kinder
- Zertifizierte Aurapraktikerin
- dõTERRA ™ Wellness-Botschafterin
- zertifizierte AromaTouch™ Advocate

www.biancafroidl.at



High MAMA Energy

ENTFALTE DEINE KRAFT MIT AURATECHNIK

Mitterer Weg 7 A-6382 Kirchdorf T +43 664 501 55 07 sabine.burger0@gmail.com







Alexandra Embacher | Telefon +43 6642360835 www.gedankenglück.at | Kurse.Workshops.Mentoring



Wildblumen

Bianca Froidl . Sabine Burger . Linda Teupel



