

Klarheit, innerer Frieden, Entspannung, Gelassenheit, neuer Optimismus,
Gedankenkarussell stoppen, innerlich Ruhe finden, hinderliche Blockaden
aufsprengen, mehr Selbstbewusstsein gewinnen, endlich gesunde
Grenzen setzen ...

Die Liste von dem, was die Teilnehmer nach einer "SMT Breathwork Journey" berichten, ist lang.

Jede SMT Breathwork Session vereint **12 kraftvolle Methoden** aus **Körperarbeit, Frequenzmedizin, Bewusstseinsarbeit und energetischer Regulation**. Was für sich allein schon wirkt, entfaltet in Verbindung eine neue Tiefe: Das **Nervensystem reguliert sich, emotionale Blockaden lösen sich, innere Klarheit entsteht**.

Die Methoden **wirken bewusst und unbewusst** – auf Zellebene, im Energiefeld, im Denken und Fühlen. Du wirst gehalten, darfst loslassen. Transformation geschieht dort, wo du nicht mehr kämpfen musst. **Das ist SMT. Das ist innere Selbstregulation.**

Am 06.06.2026 von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr

TRANSFORMATIONAL BREATHWORK JOURNEY

“Lass los und befreie dich selbst”

