

# Die Höhenangst überwinden

## Aktive Selbsthilfe mit der EFT-Meridianklopftechnik

In Zusammenarbeit mit dem Baum-Hochseilgarten von parker-outdoor/Übersee bietet der bekannte Coach & Sportmentaltrainer Rouven M. Siegler aus Rosenheim seit August Kurse gegen Höhenangst an. Dabei

lernen die Teilnehmer die Meridianklopftechnik EFT und wie sie sich mit dieser Selbsthilfemethode eigenständig von Blockaden und Ängsten lösen können. Nach der technischen Unterweisung in Klettergurt und Si-

cherheit bekommen die Teilnehmer eine fachmännische Einführung in EFT-Technik. In einer kleinen Gruppe mit maximal 10 Teilnehmern lernen sie EFT in Theorie und Praxis kennen und können die Wirkung auch sofort am eigenen Leib spüren. Für die Teilnehmer gibt es zwei Angebote, die jeden Samstag bei guter Witterung stattfinden: Eine kleine Tour für Einsteiger oder eine große für Aufsteiger. Anmeldung und Info unter [www.siegler-consulting.de](http://www.siegler-consulting.de) oder via Telefon unter 08031- 2217130.