

Den inre resan 2

Ju mer du förstår av dig själv, desto mer förstår du av världen

Den Inre Resan 2 är en uppföljningskurs som vänder sig till dig som tidigare har deltagit i *Den Inre Resan 1, Medvetet Ledarskap och Personlig Utveckling, Integrerat Ledarskap (IFL)*, eller motsvarande.

Detta andra steg syftar till att stärka den personliga grundtryggheten, ge en fördjupad självinsikt samt skapa en helhetssyn med en ny och vidare referensram.

Kursen är processinriktad och bygger på upplevelsebaserad inläring och guidade meditationer. Den genomförs i internatform under tre dagar.

Innehåll och vad du kan få ut av kursen

- Utveckling av tanke och känsla
- Mental träning, uppmärksamhet och medveten närvaro
- Ökad självinsikt och självkänedom samt inre kontroll och balans

Kursledare Kenneth Olofsson, Intromedia AB.

Tid och Plats Enligt överenskommelse.

Är ni en grupp som vill genomföra kursen vid valfri plats och tidpunkt, vänligen kontakta oss för information.

Kursavgift 9 500 SEK exkl. moms per deltagare. Internatavgift tillkommer.

För mer information Tfn: 0705-52 52 80. E-post: info@deninresan.se

"Med en djupare förståelse för mig själv och vem jag är står jag mer rakryggad... jag är mer närvarande i nuet. Upplevelsen var stark och jag kan rekommendera alla som vill lära känna sig själva bättre att ta detta steg som är en naturlig del i den personliga utvecklingen." (Erik Lindvall, VD AxFast AB, "Den Inre Resan" Thailand)

INTROMEDIA AB

[intro: sök inom dig själv - media: för sedan ut det du har funnit](#)

Utteråsen 316, 663 92 Hammarö, Sweden. Tfn +46(0)705 52 52 80. info@deninresan.se, www.deninresan.se