

Danke, dass du dir einen Moment Zeit nimmst. Dein Erfahrungs-Feedback hilft mir, den Raum für Entspannung und Bewusstheit noch achtsamer zu gestalten.

1 Wie hast du den Kurs/die gemeinsame Zeit erlebt?

Was hat dir besonders gutgetan oder überrascht?

2 Gab es einen Moment, der für dich etwas verändert hat?

Etwas, das du vielleicht in deinen Alltag mitnimmst?

3 Wie hat sich dein Empfinden von Entspannung & Achtsamkeit entwickelt?

Fühlst du einen Unterschied zwischen dem Beginn und jetzt?

4 Was würdest du jemandem sagen, der noch unsicher ist, ob dieser Kurs das Richtige für ihn ist?

Würdest du den Kurs weiterempfehlen – und wenn ja, warum?

3 Erlaubnis zur Veröffentlichung

Darf ich deinen Eindruck (mit Vorname oder anonym) als Teilnehmerstimme teilen, um anderen Mut zu machen?

☐ Ja, gern mit Vornamen

☐ Ja, aber anonym

☐ Nein

Ich danke dir von Herzen für dein Vertrauen und deine Offenheit.

Jeder deiner Worte kann jemand anderem helfen, den ersten Schritt zu sich selbst zu gehen. Deine Susanne von sulumé