



ZYKLUS MENTORIN

INFOBROSCHÜRE

2024

POWER



*Be the change
you wish to see*

ANNA NUSSBAUMER



WISDOM *of* WOMEN

I believe in the power of every woman.
I believe in the strength of the feminine.
I believe in the wisdom of a woman's body
and that, if she's ready to trust her body,
her heart will slowly open and love will heal her
wounds.

Anna Nussbaumer



WOMEN

Eine Aufforderung

BEDEUTSAMES ERSCHAFFEN

Liegt das wahre Glück nur im Hier und Jetzt? Ich bin mir da nicht sicher und glaube an das UND. Denn der Blick in die Zukunft und unsere Ausrichtung ist gleich bedeutsam wie das Präsent-Sein im Moment. Und genau dieses **UND** ist es, das das Fundament bildet um etwas Bedeutendes zu erschaffen. Etwas Bedeutendes zu hinterlassen, das andere im Hier und Jetzt bewegt und die Zukunft erfüllt, erfüllt auch unser Herz. Und so entsteht der Sinn im Leben. DAS ist die Ausbildung zur Zyklusmentorin.

ZWEI SÄULEN

Die Ausbildung zur Zyklusmentorin stützt sich auf **zwei wesentliche Säulen: WHAT & HOW**

Erstens das WHAT: die **Vermittlung von Fachwissen** über Hormone, den weiblichen Zyklus und medizinische Fakten. Und zweitens das HOW: **die Didaktik, die Kunst der Wissensvermittlung.**

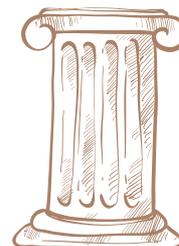
Hier geht es um das WIE - wie Wissen so aufbereitet und vermittelt werden kann, dass es im Alltag auch Anwendung findet. Also vom Wissen zur Weisheit.

Es geht darum, nicht nur Informationen zu vermitteln, sondern echte Verbindungen zu schaffen und Herzen zu bewegen.

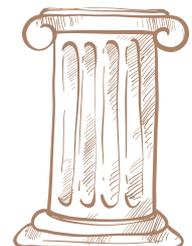
Hat auch dich die Sehnsucht geküsst, etwas großes und bedeutendes zu erschaffen?

Alles was du zu diesem Weg wissen musst, findest du in der Broschüre.

WHAT



HOW





Be the change...

Man sagt, wenn man nur im JETZT lebt, ist man glücklich; wird man glücklich. Meiner Meinung nach, ist das nur die halbe Wahrheit.

Was wirklich, wahrlich glücklich macht ist, etwas zu hinterlassen das andere Menschen bewegt. Das andere Menschen in ihrer Tiefe erfüllt und berührt.

Hinterlassen könnte bedeuten, Menschen nachhaltig glücklich zu machen. Im Jetzt leben und ausgerichtet auf die Zukunft zu sein und zwischen diesen beiden Polen die Balance zu finden.

Hast du Lust dein Leben und das Leben anderer Frauen zu verändern? Möchtest du zu einer Expertin für Zykluswissen, Hormone und weibliche Kraft werden und dabei noch Geld verdienen? Dann ist die Ausbildung zur **Zyklusmentorin** für dich gemacht.

Diese Ausbildung bietet mehr als nur Fachwissen über Hormone und Zyklus. Diese Ausbildung steht auf den zwei wesentlichen Säulen der Wissensvermittlung **und** der Didaktik. Mehr dazu erfährst du in dieser Broschüre.

Die Ausbildung ist darauf ausgelegt, Frauen durch Wissen zu empowern und ihnen zu helfen, Selbstzweifel aufgrund von Unwissenheit hormoneller Wellen in ihrem Zyklus zu überwinden.

Doch das allein reicht nicht aus - als Zyklusmentorin geht es vor allem darum zu verstehen, **wie das Wissen weitergegeben werden muss, damit es nachhaltig von den Frauen angewendet werden kann.** Denn das WIE entscheidet über den Erfolg. Nicht nur den monetären sondern auch den menschlichen.

Informationen vermitteln kann jeder, aber sie so zu vermitteln, dass man nicht nur mit seinen Ohren schlackert, sondern mit seinem ganzen Wesen ON ist, das kommt nicht oft vor.

Kannst du dich noch an diesen einen Lehrer oder diese eine Lehrerin erinnern, der/die das Wissen so weitergegeben hat, dass du wie gebannt zugehört hast und nicht aufhören wolltest mehr zu erfahren? Das ist **die Kunst der Didaktik.** Und genau auf diese Qualität liegt in dieser Ausbildung der Fokus.

Du lernst also wie du das Wissen über Hormone an unterschiedliche Zielgruppen und in unterschiedlichen Settings weitergeben kannst.

Und dabei geht es um mehr als nur das Vermitteln von Wissen. Let's dive deep.

...you wish to see



Technik vs. Mensch

Wir leben in einer Welt, die immer mehr automatisiert wird und in der Technik einen immer größeren Stellenwert bekommt. KI und AI machen es möglich, dass man nicht mal mehr selbst Videos machen müsste, sondern sie werden einfach generiert. Vielleicht stellst du dir auch die Frage: Was ist noch echt? Wo ist die Seele?

Sehnen wir uns nicht nach menschlicher Präsenz und Miteinander? Und wir brauchen es! Sonst werden wir selbst zu Maschinen, die nur noch das tun, wozu sie programmiert wurden.

REBELLIN

Erwecke die Rebellin. Erwecke das Leben in dir. Genau das ist es, was die Ausbildung zur Zyklusmentorin ausmacht: das WIE, das Echte und das Menschsein.

Du wirst lernen, wie du mit anderen zusammenarbeitest und dich in spezifische Themengebiete vertiefst. Denn auf jedem Weg geht es weniger um den Weg, als um die Gefährten, die ihn mit dir teilen.

MEDIZINISCHES WISSEN & EMOTIONALE INTELLIGENZ

Die Ausbildung zur Zyklusmentorin ist eine Chance, die Welt positiv zu verändern und Menschen nachhaltig glücklich zu machen.

Stell dir vor, wie es sich anfühlt, Worte zu sprechen, die das Herz eines Menschen so berühren, dass sich seine Augen mit Tränen füllen und ein Lächeln auf seinem Gesicht erscheint, weil du gerade sein Leben nachhaltig und für immer positiv verändert hast.

Diese Ausbildung ist eine Möglichkeit Herzen zu bewegen und Frauen in ihre pure Kraft zu begleiten. Durch fundiertes, medizinisches Wissen und emotionale Intelligenz.

In der Ausbildung erlernst du die Struktur, die du zum Anleiten benötigst und kannst direkt nach dem Abschluss in dein Business starten.

Nach 8 Jahren intensiver Arbeit im Bereich Bildung und Persönlichkeit-entwicklung für Frauen, spezialisiert auf das Thema Hormone und Zykluswissen, teile ich als Trainerin & Mentorin meinen reichen Erfahrungsschatz mit dir, damit noch mehr Frauen in den Genuss dieses befreienden Wissens kommen.

Bist du bereit, Teil dieser Bewegung zu sein und die Welt zusammen mit anderen Frauen zu verändern?

Dann melde dich zur Ausbildung zur Zyklusmentorin an und lerne alles, was du benötigst, um selbst als Mentorin das Wissen über den Zyklus weiterzugeben. Let's create change together!

Deine Anna



Step by Step

TEIL 1 ONLINE INTENSE

3 Monate Online Intensivausbildung

1x wöchentlich - MONTAG

Know-How über Zyklus und Hormone

1x wöchentlich - DONNERSTAG

Know-how über das Anleiten und Leadership

Better Together: In Gruppenarbeiten lernst du nicht nur dich in Themengebiete zu vertiefen, sondern auch Zusammenarbeit, Zusammenhalt und Community.

TEIL 2 PRÄSENZ in WIEN

In diesem Teil der Ausbildung werden sich alle Puzzelstücke zusammen fügen und treffen uns live in Wien. Du erlernst das Wissen wie man in Präsenz einen Zyklus- & Hormonworkshop leitet, die Kunst von Leadership & Raum-Haltens. Hormonwissen, Breathwork & das Urvertrauen aktivieren. Ein Wochenende voller Wunder.

TEIL 3 ZERTIFIKAT

Du bekommst nach Abschluss der Ausbildung ein Zertifikat. Dieses Zertifikat befähigt dich, *zur qualitativ hochwertigen und leicht verständliche Aufbereitung und Weitergabe von faktenbasierenden, wissenschaftlich fundierten Informationen zum Thema weibliche Gesundheit.*

Die **Voraussetzung** um das Zertifikat zu bekommen sind:

1. Maximal 6 Fehlstunden. Fehlst du öfter, musst du über alle Einheiten bei denen du gefehlt hast, eine Zusammenfassung schreiben. Warum sind wir da so streng? Die Qualität ist das wichtigste an dieser Ausbildung. Wir können diese Qualität - dir und den Frauen die zukünftig zu dir kommen - nur dann garantieren, wenn du das Pensum der Anwesenheit erfüllst.
2. Das Schreiben einer Abschlussarbeit. Mehr dazu erfährst du in der Ausbildung. So viel sei gesagt: Es wird Anderes erwartet, als du bisher gewohnt bist ;)





Step by Step

TEIL 4 START UP YOUR BUSINESS

Lege gleich los und leite deine eigenen Mentorings & Workshops an und verdiene Geld.

START UP

Diesen Weg musst du nicht alleine gehen, denn es gibt das Follow Up Programm START UP. Wenn du willst, dann bekommst du **nach** der Ausbildung weitere 12 Wochen mein Know-How zum Business Aufbau an die Hand, mit START UP. Alle Infos dazu gibt es während der Ausbildung.

Dazu sei gesagt: Seit 2017 bin ich selbstständig und habe ein mehrfach 6 stelliges Business aufgebaut. Ich weiß was ich tue. Und ich tue es mit Herz. Mein Erfolg kam nicht über Nacht, sondern durch stetes, langsames Gehen. Und was mich angetrieben hat? Ich bin nicht getrieben, ich bin voller Freude für das was ich tue. Die Welt als schöneren Ort zu hinterlassen, als ich ihn vorgefunden habe und das Leuchten in den Augen der Menschen, ist es, was mich bewegt.

Bei mir bekommst du keine reißerischen Strategien wie du in 3 Monaten 10.000,- verdienst, und du danach ausgebrannt bist wie ein Stück heiße Kohle.

Ich bin Unternehmerin mit einem riesen Herz und ich verbinde das Spirituelle, mit dem Menschlichen und der Kunst des Geld-Verdienens. Warum das so ist: Ich sehe den Menschen. Klingt einfach - ist es nicht. Aber ich zeige dir wie.

(Kosten einmalig € 949,- / pro Monat € 317,-)

*Make a
difference*





Let's talk Money

Reden wir über Geld.

Diese Ausbildung ist nicht nur dazu gedacht, die Welt zu einem besseren Ort zu machen und Frauen durch dieses Wissen zu empowern, sondern auch um Geld zu verdienen. Sobald du mit der Ausbildung fertig bist, kannst du loslegen und zum Beispiel mit deinem ersten Online Zyklus Mentoring € 3000,- verdienen.

Wie? Pass auf:

Wenn 12 Frauen bei dir ein 6 wöchiges Zyklus Mentoring buchen, das € 420,- pro Person kostet, dann hast du € 5040,- verdient.

Wenn 15 Frauen bei dir einen Tagesworkshop um € 199,- buchen, hast du € 2985,- verdient.

Wenn du einen Workshop in einer Firma gibst, kannst du ohne Probleme € 1000,- und mehr verlangen.

Das sind nur drei von vielen Möglichkeiten wie dir diese Ausbildung Geld bringen kann.

Wenn du also während deiner Ausbildung auf Social Media deine Community auf deinem Weg mitnimmst, dann werden sie zu dir Vertrauen aufbauen und auch bei dir einen Kurs buchen wollen.

*Take it.
Let it flow.
Let it go.
Do it again.*

Anna Nussbaumer





Hard Facts

KOSTEN

Ausbildungskosten gesamt*: € 4.900,-

Ratenzahlung möglich

*Exklusive Aufenthalt/Übernachtung in Wien

MEMBERBEREICH

Du bekommst Zugang zum Memberbereich in dem du alle Videos und Unterlagen findest, auf die du 12 Monate Zugriff hast. Alle Einheiten werden aufgezeichnet und mit der Teilnahme an der Ausbildung stimmst du der Aufzeichnung zu.

WORKBOOK

Du bekommst ein digitales Workbook, das von Modul zu Modul erweitert wird. Alle Unterlagen bekommst du selbstverständlich zur Verfügung gestellt und findest du im Memberbereich.

START

09. September 2024

VORAUSSETZUNG



Das **PURE WOMAN MENTORING** besucht zu haben oder zu besuchen, ist die Voraussetzung. Du kannst es entweder vor der Ausbildung absolvieren oder danach.

Warum? Im PWM wird das Urvertrauen aktiviert und dadurch handelst du aus deiner Weiblichkeit. Du wirst stabil in deiner eigenen Lebendigkeit. Das ist Weiblichkeit pur.

Als Zyklusmentorin, trägst du die Verantwortung mit, deinen zukünftigen Teilnehmerinnen dieses Urvertrauen mitzugeben. Urvertrauen gibt man allerdings nicht mit Worten weiter, sondern mit Taten und einer Geisteshaltung. Und das aktiviert sich im PWM. Zudem erlebst du dort, wie man Menschen so anleitet, dass der Kern berührt wird. Und genau das, willst du als Zyklusmentorin.

You are the
miracle, you
make the
magic.

Anna Nussbaumer



Was tut eine Zyklusmentorin und was tut sie nicht...

Eine Zyklusmentorin konzentriert sich auf die qualitativ hochwertige und leicht verständliche Aufbereitung und Weitergabe von faktenbasierenden, wissenschaftlich fundierten Daten zum Thema weibliche Gesundheit.

Eine Zyklusmentorin ist kein Coach, keine Ärztin, Ernährungsberaterin, Psychologin, etc. und ersetzt diese Berufe auch nicht. Vielmehr ist sie bestrebt ein aktives Netzwerk aus Expert:innen zu pflegen, um die Frauen, die sie begleitet, bei Beschwerden an die besten Fachkräfte weiterzuleiten.

Sie arbeitet mit Personen dieser Fachgruppe zusammen um im Dienste der Frauen all jene Informationen weiterzugeben, die für einen gesunden Lebensstil als Frau notwendig sind.

Eine Zyklusmentorin ist eine Wegbegleiterin und Wegbereiterin, die Frauen auf ihrem Weg in die Weiblichkeit begleiten und Klarheit in Bezug auf die Vorgänge im Körper und den Gefühlen schafft, damit die Frauen Orientierung und Selbstvertrauen generieren können. Denn Wissen bedeutet nicht nur Macht, sondern macht handlungsfähig und selbstbewusst.

Der Fokus des Tätigkeitsfeldes liegt auf Gruppenbegleitungen (offline und online), Frauenkreisen, Tagesworkshops, Informations- & Orientierungsgesprächen, Mädchenkreisen, Jugendarbeit, im Aufbau von Unternehmensstrukturen zur Implementierung des Wissens, etc. Die Möglichkeiten sind unbegrenzt.

Während der Ausbildung werden dir viele Ideen einfallen, wo genau das Wissen als Zyklusmentorin dringend gebraucht wird. Wir gehen intensiv darauf ein in welchen Feldern du noch arbeiten kannst und wie die Umsetzung dessen aussehen kann.



Die Kunst der Wissensvermittlung

DIDAKTIK

“Didaktik ist die Kunst der Wissensvermittlung und der nachhaltigen Implementierung von Erfahrungen.”

Kurz gesagt: Wissen weiterzugeben, ohne dass der Zuhörer/die ZuhörerIn das Wissen so versteht, dass er/sie es erfährt, spürt und in seinem/ihrem Leben anwenden kann, ist verlorene Zeit.

Es gibt 1000 Ausbildungen die den Fokus auf das Wissen legen. Doch die Frage ist doch: Wie lernen wir leicht? Vielleicht liegt es nicht an unterschiedlichen Lerntypen, sondern an der falschen Art das Wissen weiterzugeben?

Wir lieben es zu lernen. Menschen sind dazu gemacht und Wachstum liegt in unseren Genen. Doch beim Lernen kommt es auf mehr an, als auf den Inhalt. Es geht um die **Didaktik**.

Das Wissen und die Weitergabe dieses Wissens ist nichts Wert, wenn es nicht ankommen kann. Wie geht also Wissensvermittlung so, dass es im Leben ankommt und Weisheit daraus entsteht?

So wie die meisten es in der Schule erfahren haben jedenfalls nicht. Es braucht mehr und es braucht etwas Anderes.

Diese Ausbildung legt ihren Fokus primär auf die Didaktik und sekundär auf das Wissen. Und das ist einmalig.

Als TeilnehmerIn erlebst, erspürst und erfährst du in deinem ganzen System, mit all deinen Sinnen, wie Wissen so weitergegeben wird, dass du auf das typische “Lernen” das wir aus der Schule kennen, verzichten kannst.

“Denn wenn etwas wirklich verstanden wurde, muss es nicht gelernt werden.” Aus diesem Grund habe ich die didaktischen Einheiten mit **YourHow** gekennzeichnet.

In diesen spannenden und herausragenden Einheiten wird dich die Didaktik fesseln, packen und elektrisieren. Du wünschtest dir, dass du genau so in deiner Schulzeit hättest lernen können. Und diese Kunst und was es braucht sie anzuwenden, wirst du in dieser Ausbildung erlernen.



What & How

WHAT

FAKTEN

Das WHAT, oder auch WAS, bezieht sich auf Informationen, Wissen und Fakten.

Hier füttern wir den Verstand mit objektivem Wissen aus der Medizin, Forschung und aus Studien. Zudem geht es aber auch um subjektive und lebendige Erfahrungen von Menschen die sich wiederholen.

HOW

EMOTIONALE INTELLIGENZ

Das HOW, oder auch das WIE, bezieht sich auf die Didaktik, die Vermittlung von Wissen und das Erlebnis.

Es geht darum alle Aspekte eines Menschen so zu aktivieren, dass er eine Erfahrung macht, die sein weiteres Leben positiv beeinflusst.

Das Wissen wird zur Erfahrung und dadurch zur gelebten Weisheit. Nur dadurch kann Nachhaltigkeit und Qualität garantiert und erschaffen werden.

FAKTEN & EMOTIONALE INTELLIGENZ

Die Ausbildung zur Zyklusmentorin ist in zwei Bereiche unterteilt.

WHAT & HOW / WAS & WIE

Das WAS bezieht sich auf das Wissen. Das WIE bezieht sich auf die Didaktik.

Nachstehend findest du alle Module und Termine der Ausbildung.

Lass dich von der Fülle und Dichte nicht erschrecken. Durch die richtige Didaktik und die Art wie ich dir das Wissen vermitteln werde, wirst du maximal 10% wirklich *mit lernen* verbringen. Die restlichen 90% wirst du in deinem System gespeichert haben und abrufen können.

Es klingt unglaublich, doch es ist so. Die Kunst der Didaktik ist mein Handwerk und ich werde dich durch den Dschungel der Fakten durchführen - mit Freude, mit Humor und Leidenschaft finden alle Informationen den richtigen Ort in deinem Gedächtnis und Körpergedächtnis.



Termine

MODULE	TERMINE* 18:00 - 20:30	THEMEN*
Modul 1	Mo 09. Sept	YourWay - Deine Reise beginnt
Modul 2	Do 12. Sept	WHAT/ YourBasic - Grundlagen & Hormon Know-How
Modul 3	Mo 16. Sept	WHAT/ YourCycle - Menstruation & Ernährung
Modul 4	Do 19. Sept	HOW/ YourHow - Didaktik
Modul 5	Mo 23. Sept	WHAT/ YourCycle - Follikelphase & Ernährung
Modul 6	Do 26. Sept	HOW/ YourHow - Die Didaktin
Modul 7	Mo 30. Sept	WHAT/ YourCycle - Eisprungphase & Ernährung
Modul 8	Do 03. Okt	HOW/ YourHow - Die Worte der Menschen
Modul 9	Mo 07. Okt	WHAT/ YourCycle - Lutealphase & Ernährung
Modul 10	Do 10. Okt	HOW/ YourHow - Die Sprache des Anderen
Modul 11	Mo 14. Okt	WHAT/ YourBusiness - Female Time-Management
Modul 12	Do 17. Okt	HOW/ YourHow - Native Didaktik
Modul 13	Mo 21. Okt	WHAT/ YourHow - Die unsichtbare Didaktik
Modul 14	Do 24. Okt	HOW/ YourHow - Die richtige Reihenfolge entscheidet
Modul 15	Mo 28. Okt	WHAT/ YourSugar - Glucose
Modul 16	Mi 30. Okt !	YourDetox - Darmgesundheit & Entgiftung
Modul 17	Mo 04. Nov	HOW/ YourVoice - Sprache & Stimme
Modul 18	Do 07. Nov	HOW/ YourVoice - Sprache & Stimme II
Modul 19	Mo 11. Nov	WHAT/ YourSuccess - Struktur & Online Angebot
Modul 20	Do 14. Nov	WHAT/ YourBusiness - Let´s Talk Business
Modul 21	Mo 18. Nov	WHAT/ YourMoney - Mindset
Modul 22	Do 21. Nov	YourChance - YourChange
Modul 23	Mo 25. Nov	YourChance - YourChange II
Modul 24	29.11 - 01.12	LIVE IN WIEN / OurCelebration

*Änderungen möglich



Bonus Module

MODULE	TERMINE*	THEMEN
Bonus	Sa 14. Sep / 10:00 - 11:00	YourHormones - Vortrag mit Katharina Burkhardt
Bonus	Sa 05. Okt / 10:00 - 11:00	YourEssence - Omega 3, D3, Magnesium
Bonus	Sa 03. Nov / 10:00 - 11:00	YourCosmetics - Toxinfreie Kosmetik mit Marina Prskalo

*Änderungen möglich

Live in WIEN

29.Nov - 01.Dez 2024 / WIEN

Diese Ausbildung endet fulminant! 
Wir treffen uns live in Wien. Ein ganzes Wochenende feiern wir die Weiblichkeit, unser Hormon Know-How und übergeben die Zertifikate.

An diesem Wochenende erlebst du einen Live Hormon- & Zyklusworkshop. Durch dein bereits erlerntes Wissen wirst du dich noch mehr auf die Didaktik konzentrieren können und erleben **WIE** man einen Live Workshop anleitet und vor allem wie es nicht geht!

Stell dich auf richtig viel Spaß ein. Wir werden transformierende Körperarbeit machen die dir neue Ebenen deines weiblichen Seins zeigen werden.

ORT

Alle Einzelheiten und Details werden im September zu Beginn der Ausbildung bekannt gegeben.



Eine
Zyklusmentorin
empfindet so viel
Liebe für die Frau,
dass sie alles dafür
tut, um ihr die
wichtigsten
Informationen
bereitzustellen,
damit sie ihr bestes
Leben leben kann.

So,...

ARE YOU
READY?



...to change the world...

...to love your body...

...to enjoy your waves...

...to celebrate with
other women...

FOLLOW ME!!



Anmeldung

Wenn du bei der Ausbildung zur Zyklusmentorin 2024 dabei sein willst, dann folge den einzelnen Schritten:

STEP 1 ANMELDUNG

Fordere das **Anmeldeformular** unter **info@zyklusmentorin.com** an. Fülle es online aus, lese und akzeptiere die Stornobedingungen, klicke auf den Button "Anmeldung" und....

STEP 2 DEIN PLATZ

...sichere dir deinen Platz mit deiner **Anzahlung** von € 500,- Du wirst nach dem Ausfüllen des Anmeldeformulars zu einer Bezahlseite weitergeleitet. Dort tätigst du die Anzahlung.
Erst mit dieser Anzahlung gehört dein Platz dir.

STEP 3 FEIERN

Jetzt kannst du erstmal eine Runde feiern, denn du hast deine Zukunft in die Hand genommen und wirst große Veränderung in die Welt bringen.

STEP 4 BEZAHLUNG

Nach deiner Anzahlung bekommst du ein E-Mail mit der **Teilnahmebestätigung**. Du gibst mir Bescheid, welche Art der Bezahlung du wählen möchtest.

- Gesamtbetrag: € 4400,- im August
- 2 Ratenzahlungen zu je € 2300,- (August / Sept)
- 3 Ratenzahlungen zu je € 1550,- (August / Sept / Okt)

Die Rechnung erhältst du in der ersten Augustwoche 2024.

STEP 5 ES GEHT LOS

30 Tage vor dem Start der Ausbildung, am **09. August 2024**, bekommst du ein E-Mail mit allen weiteren Informationen.



FRAGEN!?!?

Wenn du Fragen hast, dann schreib mir ein E-Mail und ich melde mich direkt bei dir, oder wir telefonieren.

”

Don't wait.
If you want to post, post.
If you want to text, text.
If you want to call, call.

Most successful people are not talented, smart, or lucky...
They just acted, while everyone else talked themselves out of it.





Feminine Kraft

**It's not about feeling good.
It's about being good at feelings.
Because feeling is living.**

Ein Text von Anna:

Lebensfreude entsteht durch eine Lebensführung mit klarer Ausrichtung, die synchron mit dem Herzen und der Seele schwingt. So verstehe ich das Leben und leben selbst.

Meine eigene Geschichte, ist eine Geschichte der Befreiung von Mustern und Erwartungen, Härte und Druck. Durch meine Prägungen und Erziehung war ich auf Leistung und Erfolg trainiert und somit versuchte ich „der bessere Mann zu sein“ um gut genug zu sein. Die Auswirkungen dessen zeigten sich in vielen Bereichen, doch am deutlichsten waren die schlimmsten Schmerzen während meiner Menstruation. Die Geschichte hier auszuführen würde zu lange dauern, aber so viel sei gesagt: Die Schmerzen sind weg! Und die Geschichte dazu und wie auch andere Frauen eine schmerzfreie Menstruation erleben können, findest du im Hormon- & Zykluskurs. (Online & Live)

Dass der Versuch, als Frau der bessere Mann zu sein, zum Scheitern verurteilt war, war klar. Doch dieser Versuch hat mir auch alle Wege offenbart die zu gehen waren, um in mir als Frau anzukommen.

Und so lebe ich nun in tiefster Verbundenheit mit jeder Zelle meines Körpers, im Rhythmus welchen mir das Leben anbietet und gebe das Wissen, das ich mir über 15 Jahre angeeignet habe, in meinen Angeboten weiter.

Ich liebe das Leben und die unendlichen Möglichkeiten die es uns bietet. Ich liebe es, mit ihm zu tanzen, mich abwechselnd hinzugeben und die Führung zu übernehmen. Diese Liebe zum Leben und die unbändige Macht von Entscheidungen und Selbstverantwortung, vermittele ich in meinen Angeboten.

YOU ARE THE MEDICINE. YOUR LIFE CAN BE GRAND. YOUR PAIN IS TEMPORARY. FEEL FULLY, SHOW UP FOR THE LESSON, LEARN AND BREAK YOUR PATTERNS. TAKE CARE OF YOURSELF.

Als deine Mentorin lass ich deine Hoffnungen sterben und deine Gewissheit wachsen.

Deine Hoffnung, dass es besser wird, deine Hoffnung, dass es aufhört, deine Hoffnung, dass sowas nie mehr passiert. Stattdessen tritt Gewissheit in dein Leben.



Follow the scent of your soul

Gewissheit, dass du alles schaffst was kommt, dass dich nichts umhaut, dass in Allem ein Geschenk liegt und, dass dich das Leben liebt. Das ist meine Aufgabe als deine Mentorin.

Hoffnung ist „[...] eine zuversichtliche innerliche Ausrichtung, gepaart mit einer positiven Erwartungshaltung, dass etwas Wünschenswertes eintreten wird, ohne, dass wirkliche Gewissheit darüber besteht.“

Gewissheit ist für mich ein starker Baum der unumstößlich verwurzelt ist, und dennoch so flexibel, dass kein Sturm ihn brechen kann.

Alles was ich anbiete, alles was ich tue, zielt darauf ab, dich stabil verwurzelt, mit dem Leben tanzen zu sehen.

–
Freiheit. Klarheit. Lebensfreude – diese Werte spüre ich so stark in mir, dass sie mein Kompass sind. Nicht nur in meinem Leben, sondern auch in meinen Angeboten. Es sind nicht länger Worthülsen, sondern gelebte Erkenntnisse.

Es geht um die Erinnerung an die eigene, wilde Urnatur. An die eigene Uressenz und das Leben aus dem Herzen. Wild, frei, sich im Körper zuhause fühlend und seine Schönheit lebend.

Zu sehen wie sich Frauen entfalten, erblühen und beginnen zu tanzen, ist meine Mission.

Authentische, starke Frauen, die eins mit ihrem Körper sind, ihre Wahrheit kennen und leben, ihre Ressourcen nutzen, ihren Impulsen vertrauen und diese souverän umsetzen, dafür stehe ich.

Für was gehst du? Für was stehst du? Wie willst du dein Leben und deinen Weg gestalten?

Deine Zeit ist immer **jetzt** und vielleicht ist diese Ausbildung für dich dein Türöffner um deinen Weg zu gehen?!

Lass uns einen Teil unseres Weges zusammen gehen, denn es ist nicht wichtig wie lange der Weg ist, sondern mit wem man den Weg geht.

Deine Anna



Literaturliste

Mit diesen Büchern kannst du dich auf die Ausbildung vorbereiten.
(Die Reihenfolge bezieht sich nicht auf die Wichtigkeit der Bücher.)

1. **Der Ursprung der Welt** von Liv Strömquist
2. **Roter Mond** von Miranda Grey
3. **Zeit für Weiblichkeit** von Diana Richardson
4. **Wunderwerk Frau** von Dr. Johannes Huber
5. **Tanz mit den Hormonen** von Dr. Friesenbichler und Katharina Burkhardt
6. **Die Kraft deines Zyklus** von Nora Konrad
7. **Kenne deinen Zyklus** von Petra Schenke
8. **Woman Code** von Alica Vitti
9. **Woman on Fira** von Dr. Sheila de Liz



”

LASS UNS
EIN STÜCK
UNSERES
WEGES
GEMEINSAM
GEHEN.

Mag. Anna Nussbaumer

info@zyklusmentorin.com
www.zyklusmentorin.com

Alle Fotos von: Marie Bleyer

