

# Klarheit & Aufblühen 45+

Dein  
Live-Online-Kurs  
inkl.  
Naturübungen

- ★ Finde Klarheit
- ★ Tanke Energie
- ★ Blühe neu auf

[Jetzt Platz sichern!](#)

 LebensFokus  
Manuela Nachtmann  
Mentoring | Training | Retreats

Fühlst du, dass da mehr auf dich wartet?

Stehst du gerade an einem Punkt, an dem du dich nach Klarheit, neuer Orientierung und innerer Ruhe sehnst?  
Spürst du, dass in dir eine Kraft schlummert, die endlich gelebt werden möchte?

Dein Weg:  
Online verbunden - in der Natur verwurzelt

Das nimmst du aus dem Kurs mit

➤ Eine Landkarte mit leuchtend markiertem Weg für deine Zukunft

➤ Neue Energie und Lebenskraft aus der Natur

➤ Mehr Gelassenheit und innere Ruhe

➤ Die zweite Lebenshälfte als Chance statt Krise erleben

➤ Vollkommene Klarheit für deine nächsten Schritte

So läuft dein Kurs ab

➤ 6 Live-Zoom-Sessions á ca. 60 Minuten

➤ Nach jedem Termin: eine konkrete Naturübung zum Umsetzen

➤ Eigenständiges Arbeiten in der Natur vor deiner Haustür

➤ Austausch & Reflexion mit der Gruppe

➤ Online teilnehmen - von überall aus

Dieser Kurs ist für dich, wenn ...

✓ du 45+ bist und nach Klarheit & neuer Ausrichtung suchst

✓ du Natur als Kraftquelle erleben willst

✓ du spürst: da wartet noch etwas auf mich

✓ du dir Begleitung in einer inspirierenden Gruppe wünschst

✓ du offen für neue Erfahrungen bist. Auch wenn du dir jetzt noch nicht vorstellen kannst, wie das genau funktionieren soll

LebensFokus

Ich bin Gründerin von LebensFokus

und begleite Menschen in Umbruchssituationen.

Durch meine eigene Brustkrebskrankung und einer Vielzahl an

Aus- und Weiterbildungen in Mentoring, Transformationsbegleitung und

Naturcoaching weiß ich, was es bedeutet, nach einer langen Suche endlich

Antworten zu finden.

Ich kenne den Weg aus dieser inneren Starre oder Unsicherheit

und habe einziges Ziel:

Dich wieder in deine innere Klarheit und deine

Lebensfreude zu bringen.

Dir deinen eigenen Körper zum besten Freund / zur besten Freundin zu machen.

Alle Widerstände und Blockaden in dir aufzulösen.

Bis du am Horizont wieder die strahlende Lebenssonne

für dich aufgehen siehst.

Über mich

 LebensFokus  
Manuela Nachtmann  
Mentoring | Training | Retreats

Starte deine zweite Blütezeit - jetzt!

Die Plätze sind begrenzt!

Es ist mir wichtig, dich intensiv und zielführend zu begleiten.

Sichere dir jetzt deinen Zugang zum Kurs.

Mit Naturcoaching öffnen wir gemeinsam Räume, in denen du dich selbst neu entdeckst – verwurzelt, klar, lebendig.

Wir starten gemeinsam am

Dienstag, den 14. Oktober 2025 um 19.30 Uhr.

Danach treffen wir uns jede Woche

am Dienstag um 19.30 Uhr.

 LebensFokus  
Manuela Nachtmann  
Mentoring | Training | Retreats

FAQ:

Brauche ich Vorerfahrung?

→ Nein, du wirst Schritt für Schritt angeleitet.

• Was ist, wenn ich an einem Termin nicht teilnehmen kann?  
→ Aufzeichnungen stehen zur Verfügung.

• Wie viel Zeit sollte ich einplanen?

→ Pro Woche ca. 2 Stunden inkl. Übungen.

Dein Invest in deine Feelgood-Zeit:

297,00 Euro inklusive MwSt.

[Jetzt anmelden](#)

& dabei sein