

# Somatic Keys | 12 Tage, die dich spürbar verändern

# *Somatic Keys*

Entfalte deine Schöpferkraft,  
indem du deine Körperenergien  
harmonisierst und Blockaden sanft löst



Wildly Worthy

# Somatic Keys | 12 Tage, die dich spürbar verändern

Willkommen, Du wundervolle Seele!

Hier geht es zu deiner 12 Tage Transformation für Körper, Geist und Energie. Löse alte Spannungen, bringe deine Chakren und Faszien in den Fluss und integriere neue Energie in deinen Alltag.

## Jeden Tag erhältst du:

- Geführte Audio-Meditationen & Visualisierungen
- Körperimpulse, Embodiment & sanfte Routinen für den Alltag
- Rituale & Energetische Übungen, die sofort wirken
- Journaling & Reflexionsimpulse

Alles ist praktisch, erlebbar und jederzeit integrierbar. Keine Theorie, nur energetische Transformation und unmittelbare Umsetzung.

## Start & Ablauf

**Startdatum:** Samstag, 04. April 2026

Jeder Teilnehmer kann den Kurs dennoch auch ganz individuell starten und in seinem *eigenen Tempo* durchlaufen.

*Aktive Teilnahme* in der Telegram-Community wird empfohlen, um Erfahrungen, Inspiration und energetische Unterstützung zu teilen.

## Preis & Early Bird

Regulärer Preis: 188 €

Early Bird: 144 € bei *Anmeldung bis Sonntag, 28. März 2026*

✉ Sollten finanzielle Herausforderungen bestehen, melde dich direkt bei mir – wir finden eine Lösung.

Hinweis: Die Plätze sind **limitiert**, daher sichere dir durch eine frühzeitige Anmeldung deinen exklusiven Platz.

## Zugang & Buchung:

Melde dich per PN über den Scan Code bei mir mit "Somatic Keys".

Nach meiner Bestätigung zahlst du den Kursbeitrag direkt via Revolut me:

<https://revolut.me/clairegru0>



🔗 Wenn du bezahlt hast, erhältst du Zugang zum exklusiven Telegram-Circle und deinem Workbook

# Inhaltsverzeichnis – 12 Tage Somatic Keys

- **Tag 1 | Root Reset**
  - Sanfte Befreiung des Basiszentrums, Sicherheit & Erdung
- **Tag 2 | Flow Awakening**
  - Öffnung des Beckenzentrums, Emotionen bewegen
- **Tag 3 | Core Release**
  - Entspannung im Solarplexus - loslassen & Vertrauen
- **Tag 4 | Heart Expansion**
  - Befreiung des Herzraums für Liebe & Verbindung
- **Tag 5 | Voice Alignment**
  - Blockadenlösung im Halszentrum
- **Tag 6 | Mind Clarity**
  - Mentale Ruhe, Klarheit im Geist
- **Tag 7 | Crown Flow**
  - Verbindung nach oben - Intuition & Klarheit
- **Tag 8 | Spine Unwinding**
  - Befreiung der Wirbelsäule - alte Muster entladen
- **Tag 9 | Fascia Waves**
  - Ganzkörper-Aktivierung des Faszienetzes
- **Tag 10 | Nervous System Harmony**
  - Regulation des autonomen Nervensystems
- **Tag 11 | Full Body Integration**
  - Ganzkörperverbindung & Upgrade deines ganzen Systems
- **Tag 12 | Core Release**
  - Verankerung deiner neuen Energie im Alltag

## Was dich erwartet – Deep Dive

- **Workbook mit täglichen Ritualen & Reflexionen:** Schritt für Schritt Blockaden lösen, Körperenergie spüren und deine Selbstermächtigung stärken
- **Audio & Meditationen:** Geführte Meditationen, Visualisierungen und somatische Übungen für Integration, Klarheit und Energiefluss
- **Öle & Körperimpulse:** Kleine, praktische Übungen und unterstützende Öle, die du im Alltag nutzen kannst
- **Journaling:** Raum für Reflexion, um deine Erfahrungen, Veränderungen und Impulse festzuhalten
- **Community:** Austausch, Unterstützung und Sacred Sharing in der Gruppe

## **Exklusivität & Community**

Dieser Kurs ist bewusst **auf wenige Teilnehmer:innen limitiert**, um sicherzustellen, dass jede:r individuell begleitet werden kann und in der Gruppe maximale Aufmerksamkeit und Energie erfährt. Du profitierst von **persönlichem Feedback**, gezielten Impulsen und der Möglichkeit, deine Erfahrungen direkt mit mir zu teilen.

Der Kurs ist so gestaltet, dass du **flexibel in deinem eigenen Tempo arbeiten** kannst – gleichzeitig laden wir dich ein, **aktiv in der Community mitzuwirken**. Denn gemeinsam entsteht eine **starke, energetische Resonanz**, die dich tiefer in deine Essenz führt.

Wenn du **noch intensiver eintauchen** möchtest, gibt es die Möglichkeit, mit mir in einer **individuellen 1-zu-1 Begleitung** zu arbeiten. Dort kannst du deine Praxis vertiefen, persönliche Blockaden transformieren und deine Embodiment-Praxis auf das nächste Level bringen.

Die Kombination aus **eigenständiger Arbeit, Gruppenenergie und persönlicher Unterstützung** sorgt dafür, dass du **jeden Tag der 12-tägigen Reise vollständig erlebst** – bewusst, kraftvoll und transformierend.