



Frankfurt, im August 2016

Neues, Elegantes und die Energie des Sommers

eine lange Pause hatten meine Rundbriefe...

Haben Sie sich schon gefragt, was inzwischen so alles passiert ist? Oder die Rundbriefe gar vermisst? (Das würde mich am meisten freuen :-)

Jetzt lesen Sie also den Sommerrundbrief 2016 und es gibt Neues zu berichten:

- **warum ich** jetzt für „elegante Lösungen fürs Leben“ stehe
- **wieso ich** überhaupt das Wort „elegant“ gewählt habe für meine Dienstleistungen
- **der neue** Imageflyer
- **Iffezheim** oder was High Heels mit Pferden zu tun haben
- **und gaaanz viel** Alexander-Technik
- **nicht zu vergessen:** Zitat und Impuls

• **warum ich jetzt für „elegante Lösungen fürs Leben“ stehe**

Sehr häufig, wenn ich mich mit meinem bisherigen Claim „Eleganz im Leben“ in einem Elevator-Pitch vorgestellt habe, kamen von meinem Gegenüber Assoziationen zu Nerzmantel und schicken Kleidern. Und dann gab es Erklärungsbedarf. Das traf ja gar nicht alles, was ich anbiete und war mir auch zu aufwendig. So habe ich es geändert in die aktivere und schwingendere Version „elegante Lösungen fürs Leben“.

Wie gefällt Ihnen das? Was sind Ihre ersten Assoziationen dazu?

• **wieso habe ich überhaupt das Wort „elegant“ für meine Dienstleistungen gewählt**

Es gibt den Begriff „das ist ja eine elegante Lösung“, wenn ein Problem sehr gut und ohne große Schwierigkeiten gelöst werden konnte.

Mir ist wichtig, dass Sie Ihre Veränderungen im Leben nicht mit der Brechstange oder Zermürben einleiten bzw. erleben. Persönliche Entwicklung soll Freude bereiten und die Neugier auf Neues, Anderes wecken.

Das Wort „elegant“ hat neben seiner allgemein bekannten Bedeutungen von "fein, geschmackvoll, vornehm" und "diplomatisch, gewandt" eine ganz interessante Wortherkunft, die genau das aussagt, warum ich es gewählt habe.

Die ursprüngliche Bedeutung (des lateinischen Grundwortes „eligere“) heißt „auswählen“.

Geschmackvoll auswählen, was zu Ihnen passt:

neues Verhalten, neues Denken, neue Kleider...

GABRIELE BREUNINGER

Elegante Lösungen fürs Leben

Coaching, Alexander-Technik, Farb-/Stilberatung



Mir gefällt dazu passend eine Definition von Paul Valéry (1922):

„Elegantia – Das bedeutet Freiheit und Ökonomie ins Sichtbare übertragen
Ungezwungenheit, Leichtigkeit in – schwierigen Angelegenheiten.“

Passt doch zu Coaching, finden Sie nicht auch?

• der neue Imageflyer "Entfalten Sie Ihre Persönlichkeit"



Manchmal kommen die Inspirationen ganz spontan und es fließt. Innerhalb von nur 2 Wochen ist unter Mitwirkung meines kreativen Mannes Peter und des Designbüros Frankfurt mit Alexander Lis mein neuer Flyer entstanden. Er ist auffaltbar in verschiedene Richtungen und entfaltet meine Angebote. Hier ist ein Bild, die Live-Version gibt's, wenn man mich trifft und vielleicht demnächst eine virtuelle Version auf meiner Webseite. Danke an die beiden für ihre Ideen. Ich freue mich riesig über das gelungene Resultat.

Wer einen haben möchte, schreibt mir eine Mail mit einem Kommentar, welche Erfolge sie/er mit meinem Training, Coaching oder Beratung erzielt hat und bekommt postwendend einen Flyer zugeschickt

Und das Entfalten der Persönlichkeit? Findet statt, wenn Sie sich durch mein Coaching entwickeln, sich eine neue Gestalt geben, verwirklichen oder verborgene Potentiale zutage fördern. Es kann auch sein, dass Sie aufblühen, reifen und das Leben wieder in die eigene Hand nehmen, statt sich vom Stress dominieren zu lassen.

Was immer Sie brauchen: Sie sind herzlich willkommen.

Z.B. zum SommerSchlußCoaching: retten Sie Ihre sommerliche Energie hinüber in die nächsten Monate. Beginnen Sie noch im August, buchen Sie mindestens 3 Coaching-Termine (90 Min.) und Sie erhalten 25% SSC-Vergünstigung :-)) (Ein Schelm, wer jetzt an den alten SSV gedacht hat...)

GABRIELE BREUNINGER

Elegante Lösungen fürs Leben

Coaching, Alexander-Technik, Farb-/Stilberatung



• High Heel Kurs auf Reisen - bei den Galopprennen in Iffezheim am 27. August

Galopprennsport ist vielleicht nicht Ihre bevorzugte Aktivität - und trotzdem haben Sie vielleicht schon von der Rennbahn in Baden-Baden/Iffezheim gehört. Dort wird die Große Rennwoche ausgetragen. Und dazu gibt es ein Rahmenprogramm, zu dem in diesem Jahr exklusiv mein High Heel Kurs gehört.

Zwischen 13 und 18 Uhr gibt es Miniworkshops auf dem Laufsteg und einen Stand zum Informieren in der Beauty-Lounge.

Wer vorbeikommen möchte: der Eintritt ist erschwinglich, ab 8 Euro. ([Info](#))

Teilen Sie die Veranstaltung in [Facebook](#)

• gaaanz viel Alexander-Technik

Sie wünschen sich gelegentlich neuen Input für sich und Ihre Anwendung der AT?

Aber Sie wollen nicht noch einen festen Termin in der Woche?

Dann ist **die AT-ff.-Gruppe** etwas für Sie: 1x im Monat eine Stunde und 15 Minuten Eintauchen in Alexander-Arbeit und mit neuen Inspirationen nach Hause gehen.

∞ Das sagen die bisherigen Teilnehmer:

∞ "Gabriele hat die Gabe Dinge so zu erklären, dass man sie im Alltag umsetzen kann und nicht nur im Seminar!"

∞ "Wie oft hatte ich als Kind gehört „setze dich gerade hin“! – Seitdem ich Stunden bei dir nehme, habe ich nun endlich mal ein Bild bekommen, was damit gemeint ist und jetzt kann ich ohne Anspannung und Zwang losgelassen stundenlang sitzen!"

Hier sind [die Termine](#). Schreiben Sie mir eine Mail, um sich anzumelden.

Es gibt auch **die AT-Info-Abende**, zu denen Sie Ihre FreundInnen schicken können (wenn Sie AT schon selbst kennen) oder selber kommen dürfen - aus purer Neugier, was Alexander-Technik für Sie bereit hält. Immer am 1. Montag im Monat von 20 bis 21 Uhr - ausser im Oktober: dann wird es ein Donnerstag (6.10.) sein. [Termine hier finden](#)

GABRIELE BREUNINGER

Elegante Lösungen fürs Leben

Coaching, Alexander-Technik, Farb-/Stilberatung



• Der Impuls

Es gibt ein nettes, ganz kleines Büchlein mit dem Titel "Das Wörterbuch zum Selbst" (von Eva Neuner). Darin finden sich 100 Begriffe mit dem Wortbestandteil "Selbst-": Selbsterfahrung, Selbstverwirklichung, Selbstbetrachtung...
Eines gebe ich Ihnen hier gerne mit: die Selbstachtung. Dort steht:

**"Ein Selbst braucht Achtsamkeit, Geduld und große Behutsamkeit,
es muss sich sicher fühlen, um sich zur Form hervorzuwagen."**

Wie steht es bei Ihnen? Bekommt Ihr Selbst ausreichend Achtsamkeit und Geduld?
Konnte es sich schon in seine Form wagen?

Wenn Sie jetzt eher zweifeln oder direkt nein gedacht haben: gönnen Sie sich einen sicheren Raum, gönnen Sie sich begleitendes Coaching - damit Sie Ihre Persönlichkeit entfalten können.

Und: keine Sorge, bis zum nächsten Rundbrief müssen Sie nicht so lange warten.

Ich grüße Sie ganz herzlich.

Genießen Sie diese Augusttage und machen Sie was Schönes für Ihr Selbst.

Ihre
Gabriele Breuninger
Eleganz im Leben



www.gabriele-breuninger.de
<https://www.facebook.com/EleganzImLeben>