

SCORPIO

Stefanie Carla Schäfer
NOW! Lebe wild, frei und wunderbar
Mit Freude den eigenen Weg gehen

160 Seiten, **Scorpio Verlag**
Flexobroschur mit farbigem Vorsatz und Spotlackierung,
Durchgehend vierfarbig mit zahlreichen Fotos
ISBN 978-3-95803-115-9, Format 17,5 x 24 cm
17,99 € (D) / 18,50 € (A)

Erscheinungstermin: **31. Juli 2017**



Sei einzig, nicht artig!

Wage den Kopfsprung ins Leben deiner Träume! **NOW! Lebe wild, frei und wunderbar**, der dritte Band der erfolgreichen NOW-Reihe, begleitet dich dabei. Wer will schon brav und artig sein, wenn sich Einzigartigkeit so viel besser anfühlt!? Vorbei die Zeiten von bescheidener Zurückhaltung und Routine.

Stefanie Carla Schäfer ermöglicht mit ihrer praxiserprobten Selbstcoaching-Anleitung alte, hinderliche Muster aufzulösen, die zu Erstarrung führen. Mit dem Glauben an sich selbst und den richtigen Tools, die die erfolgreiche Autorin und Therapeutin den Lesern hiermit in die Hand gibt, gelingt der emotionale Detox und die eigene Kraft kommt wie von selbst ins Sprudeln.

In gewohnt prachtvollem Layout mit stimmungsvollen Bildern und anregenden Zitaten liefert auch das neueste Inspirationsbuch eine Extraportion Energie und Lebensfreude. Wer sich je gefragt hat, ob das Leben, das er führt, wirklich alles ist, wird diesen Band lieben.



© privat

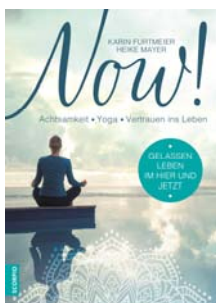
Stefanie Carla Schäfer

ist Sportwissenschaftlerin, Somatic-Experiencing Practitioner und in Köln therapeutisch tätig. Nachdem sie im Bereich von Prävention und Rehabilitation oft beobachtet hat, wie positiv Sport und Bewegung das äußere und innere Wohlbefinden beeinflussen, spielt in ihrer Arbeit das körperliche und emotionale Wohlbefinden genauso eine Rolle wie die seelische Suche nach Wahrheit und Erfüllung.

Ihr erstes Buch *Selbstliebe macht stark: So schließen Sie Freundschaft mit sich selbst* fand viele begeisterte Leserinnen und Leser.

Workshops, Blog und mehr unter www.cardea-training.de

bereits erschienen



K. Furtmeier & H. Mayer
NOW! Gelassen leben im Hier und Jetzt
ISBN 978-3-95803-068-8



Ruth Knaup
NOW! Jetzt sorg ich gut für mich
ISBN 978-3-95803-092-3