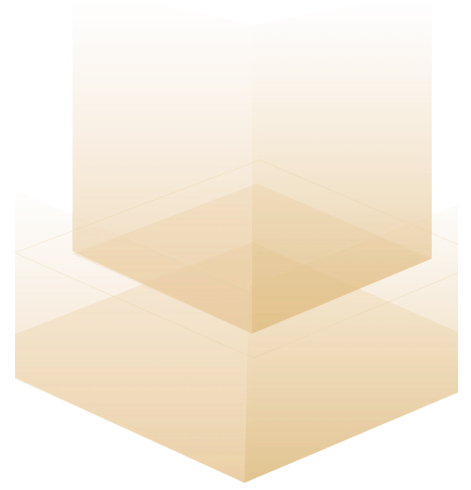


# DISCOVERY DAYS

Endlich wieder DU



Vorbereitungsphase

# WORKBOOK

TEIL 1 VON 2



# Herzlich willkommen

## Du bist nicht zufällig hier.

Die meisten Menschen, die sich fest entscheiden, an den DISCOVERY DAYS teilzunehmen, funktionieren im Außen gut. Job, Alltag, Verantwortung – alles läuft.

Und trotzdem ist da dieses leise Gefühl und eine innere Stimme:  
*So wie es gerade ist, bin ich nicht mehr ganz ich.*

Bei den DISCOVERY DAYS geht es nicht um ein Konsumieren, bei dem Du zuhörst und Dich berieseln lässt. Diese zwei Tage gehören wirklich Dir. Nicht dem Alltag. Nicht den Erwartungen anderer. Nur Dir. Sie sind eine direkte Begegnung mit dem, was jenseits aller Rollen, Muster und Masken in Dir wartet. Nicht von außen nach innen – sondern direkt in den Kern

Auch wenn Du gerade noch nicht weißt, was das alles konkret für Dich bedeutet und was es für Dich in den zwei Tagen zu „entdecken“ gibt, vertraue dem inneren Ruf, der Dich genau jetzt diese Zeilen lesen lässt.

Dieses Workbook ist Dein erster Schritt. Nimm Dir einen Moment Zeit damit. Schreib ehrlich. Lass Zeilen und Seiten leer, wenn nichts kommt. Es gibt kein Richtig oder Falsch – nur Deine Wahrheit.

**Die DISCOVERY DAYS beginnen nicht erst, wenn sich der Online-Raum öffnet – sie beginnen jetzt, in diesem Moment.**



# DEN RAUM ÖFFNEN

Deine zwei Tage im Überblick

Die DISCOVERY DAYS finden ausschließlich live statt. Keine abgespielte Aufzeichnung, sondern wirkliche Interaktion. Was in diesen zwei Tagen entsteht, entsteht genau dann – in diesem Raum, in diesem Moment. Das macht es besonders. Das hier ist keine Persönlichkeitsentwicklung. **Das hier ist Persönlichkeitsbefreiung.**

## Was Dich an den zwei Tagen erwartet:



### Tag 1: Entdecken – Dein erster Kontakt mit dem True Self

Warum Du perfekt funktionierst – und trotzdem spürst: Das bin nicht ich. Du erkennst die inneren Saboteure und unbewussten Muster, die Dich im Funktionsmodus festhalten. An Tag 1 machst Du Deinen ersten echten Kontakt mit Deinem True Self – Deinem inneren Kern.



### Tag 2: Befreien & Integrieren – Der Körper löst, was der Kopf nie konnte

Vom Erkennen ins Erleben: Das ist der Unterschied zwischen Verstehen und Befreiung. Du bringst das Erkannte und die Erfahrungen von Tag 1 in Deinen Körper. Nachhaltige Veränderung entsteht dort, wo sie gespürt wird – nicht nur gedacht. Muster, die sich jahrelang wiederholt haben, lösen sich dort, wo sie wirklich sitzen: im Nervensystem, im Körper.

*Dieses Workbook ist in zwei Teile aufgeteilt*

**Teil 1 - Vorbereitung:** Das hältst Du gerade in den Händen

**Teil 2 - DISCOVERY DAYS Tag 1 & 2:** nur im VIP-Upgrade unter

Hol das Meiste für Dich raus: <https://upgrade.acade-me.de>





# ZEIT FÜR REFLEXION

Bevor es losgeht – ein Blick nach innen

Bevor wir gemeinsam in die DISCOVERY DAYS starten, lade ich Dich ein, Dir ein paar ruhige Minuten zu nehmen. Keine Aufgaben oder “richtigen” Antworten. Nur Deine ehrlichsten Gedanken – so, wie sie gerade in dem Augenblick kommen.

1

**Was hat Dich wirklich hierher geführt?** Was hast Du Dir vielleicht lange nicht mehr erlaubt zu sagen oder zu tun?

---

---

---

---

---

---

---

---

2

**Welche Themen oder Herausforderungen zeigen sich gerade in Deinem Leben?** Wo spürst Du eine Blockade, Enge, Erschöpfung oder leise Leere?

---

---

---

---

---

---

---

---



# ZEIT FÜR REFLEXION

Bevor es losgeht – ein Blick nach innen

3

**Was würde sich in Deinem Leben verändern, wenn Du wieder ganz Du selbst wärst? Was wäre dann anders (z.B. Beziehung, Beruf, Körper)?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

4

**Welchen einen Satz würdest Du Dir selbst gerne sagen, wenn die DISCOVERY DAYS vorbei sind?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# ZEIT FÜR REFLEXION

Wo stehst Du gerade?

Die folgenden Fragen helfen Dir, ehrlich bei Dir anzukommen und Dich ein wenig einzuschätzen – bevor wir dann gemeinsam beginnen. Vertraue Deinem Bauchgefühl und markiere die Zahl, die sich wahrhaftig für Dich anfühlt.

5

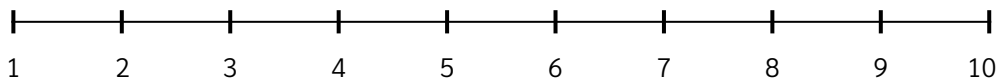
**Wie sehr fühlst Du Dich aktuell mit Dir selbst verbunden?**

(1=kaum noch / 10=sehr stark)



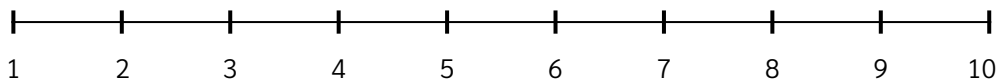
6

**Wie bereit bist Du, Dir diese zwei Tage wirklich zu erlauben – ohne Ablenkung, ohne Leistungsdruck?** (1 = eher unsicher / 10 = absolut bereit)



7

**Wie stark spürst Du, dass sich etwas in Deinem Leben verändern darf oder sogar “muss”?** (1 = kaum / 10 = es brennt)





# DEINE INTENTION

Ein Satz für Dich

Bevor Du dieses Workbook beiseitelegst: Nimm Dir einen Moment und schreib auf, mit welcher Intention Du in die DISCOVERY DAYS gehst. Nicht als Ziel. Nicht als Erwartung. Sondern als innere Haltung, die Du Dir für diese zwei Tage mitgibst.



**Deine Intention für die DISCOVERY DAYS:**

Ich gehe in diese zwei Tage mit der Haltung ...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

*Kleiner Tipp:*

Lies Deine Intention in den Tagen vor den DISCOVERY DAYS immer wieder durch. Sie erinnert Dich daran, warum Du Dir diese zwei Tage nimmst.





# Du hast den ersten Schritt gemacht.

Du hast Dir die Zeit genommen, innezuhalten. Das ist alles andere als eine Kleinigkeit. Viele Menschen kommen zu den DISCOVERY DAYS und merken erst dort, wie lang es her ist, dass sie wirklich bei sich waren. Du hast das schon jetzt begonnen.

## Deine nächsten Schritte bis zu den DISCOVERY DAYS:

- Halte Dir die Zeit während der DISCOVERY DAYS bewusst frei – das ist Zeit für Dich.
- Sorge für eine ruhige Umgebung und eine stabile Internetverbindung.
- Lies Deine Intention in den Tagen davor immer wieder durch.
- Atme tief durch – Du hast alles, was Du brauchst.

Wenn Du das Beste aus den DISCOVERY DAYS herausholen möchtest, empfehle ich Dir von Herzen das VIP-Upgrade. Wir haben mit ganz viel Begeisterung ein Paket für Deine nachhaltige Veränderung zusammengestellt.

### DISCOVERY DAYS - VIP-Upgrade

- ✓ Aufzeichnung beider Tage (197 €)
- ✓ Exklusive After-Live-Session mit Christian (197 €)
- ✓ Videokurs „Dein Weg in die innere Freiheit“ (297 €)
- ✓ 3 geführte Körper-Meditationen (197 €)
- ✓ Replay Workshop „Erfüllte Beziehung“ (97 €)
- ✓ 10 Day Meditation Challenge (133 €)
- ✓ DISCOVERY Workbook Tag 1 & 2 (79 €)

Gesamtwert 1.197€

Dein Preis

**19,97 €**



QR-Code scannen oder direkt aufrufen:  
[upgrade.acade-me.de](https://upgrade.acade-me.de)

Wir sehen uns bei den DISCOVERY DAYS – ich freue mich sehr auf Dich.

*Dein Christian*