

THE FEMININE RECALL

*- dein erstes
Erwachen*

*Disclaimer

Die in der Feminity & Women's Wisdom Academy bereitgestellten Inhalte stellen ausschließlich die persönliche Meinung der Dozentin dar. Sie dienen nicht als medizinische Beratung, Diagnose oder Behandlung und ersetzen nicht die Konsultation durch eine Ärztin, einen Arzt oder anderes qualifiziertes medizinisches Fachpersonal.

Alle geteilten Informationen und Erfahrungen sind nicht als ärztliche Empfehlung zu verstehen und dienen nur zu Unterhaltungszwecken.

Jeder Teilnehmerin ist angehalten, bei gesundheitlichen Fragen, insbesondere in Bezug auf Hormone, Schwangerschaft, Geburt, Impfungen, Krankheiten oder sonstige medizinische Themen, stets professionelle medizinische Beratung in Anspruch zu nehmen.

Be Infinity Ltd. sowie die Vortragenden übernehmen keinerlei Haftung für etwaige Schäden oder Nachteile, die aus der Anwendung oder Nichtanwendung der im Rahmen des Programms vermittelten Inhalte entstehen könnten. Dieser Disclaimer gilt für die gesamten aufgenommenen Kursinhalte und jegliche Live Calls



Willkommen

Wenn du diese Zeilen liest, dann weißt du es längst:

Etwas in dir ruft nach mehr.

Mehr **Tiefe**. Mehr **Wahrheit**. Mehr **DU**.

Du bist hier, weil du ahnst, dass *Erfolg* und **Freiheit** nicht durch Kontrolle entstehen

– sondern durch
Verbindung,
Bewusstsein
und **Vertrauen in dich selbst**.

Femininity

ist keine Methode. Es ist eine Rückkehr

– in deinen Körper, deine Energie, deine Wahrheit.

Vielleicht erkennst du dich hier wieder...

- Du funktionierst, anstatt zu fließen.
- Du planst, aber dein Körper sagt dir längst, dass er eine Pause braucht.
- Du gibst mehr, als du empfängst – im Job, in Beziehungen, im Alltag.
- Du fühlst dich schuldig, wenn du dich um dich selbst kümmerst.
- Du weißt, du hast Potenzial – aber irgendetwas hält dich fest.

Das Problem bist nicht du
– sondern, dass du nie gelernt
hast, im Einklang mit dir zu leben.

Baust du dein Erfolg & Leben MIT oder GEGEN deine Weiblichkeit?

Wie triffst du Entscheidungen?

- a Ich überdenke alles mehrfach und versuche, die „logisch beste“ Lösung zu finden.
- b Ich spüre erst in meinen Körper, bevor ich handle.
- c Ich entscheide aus Angst, etwas zu verpassen oder nicht genug zu sein.
- d Ich lasse es oft auf mich zukommen – wenn es sich gut anfühlt, gehe ich los.

Wie gehst du mit Erschöpfung um?

- a Ich ignoriere sie – „Ich kann mich später ausruhen.“
- b Ich versuche, mich zusammenzureißen – das Ziel zählt.
- c Ich höre auf meinen Körper und gönne mir Pausen.
- d Ich wechsele zwischen Phasen von Hochleistung und Rückzug.

Wie definierst du Erfolg für dich?

- a Wenn ich finanziell unabhängig bin – egal, wie es sich anfühlt.
- b Wenn ich innerlich erfüllt bin und mein Wirken Sinn macht.
- c Wenn ich gesehen werde und andere mich bewundern.
- d Wenn mein Business im Einklang mit meinem Rhythmus läuft.

Wie gehst du mit deinem Zyklus oder Energiephasen um?

- a Ich ignoriere sie – ich bin schließlich kein Teenie mehr.
- b Ich merke, wie sie meinen Alltag beeinflussen, aber plane nicht danach.
- c Ich nutze sie bewusst für meine Arbeit, Kreativität & Ruhe.
- d Ich möchte lernen, sie zu verstehen und zu leben.

Auswertung

Zähle, wie oft du dich in A/B oder C/D wiederfindest.

MEHR A/B:

Du baust dein Leben (noch)
gegen deine Energie.

Du funktionierst, statt zu
fließen

Äußerer, leistungsbasierter
Erfolg

Du arbeitest gegen deine
Weiblichkeit (Kopf, Druck,
Kontrolle)

FEMINITY wird dich
erinnern, wie anders Erfolg
sich anfühlen kann.

MEHR C/D:

Du beginnst, dich an deinen
natürlichen Rhythmus zu
erinnern.

du beginnst, zyklisch zu
leben

Innerer, weiblich-
verkörperter Erfolg

du folgst deiner weiblichen
Energie (Intuition, Flow,
Vertrauen)

FEMINITY zeigt dir, wie du
daraus echte Freiheit und
magnetischen Erfolg
erschaffst.

Die Selbst-Reflexion

◆ Wann in deinem Leben hast du dich das letzte Mal wirklich sicher in deiner Kraft gefühlt?

◆ Was passiert in dir, wenn du nichts „leistest“?

◆ Welche Überzeugung trägst du noch über Erfolg, die dich klein hält?

◆ Wie oft hörst du auf deinen Körper, bevor du entscheidest?

Dein Zyklus

– Dein natürlicher Kompass

Dein Zyklus ist kein Zufall, sondern dein innerer Kalender.

Er zeigt dir, wann du erschaffen, empfangen, loslassen oder ruhen darfst.

Wenn du ihn verstehst, arbeitest du nicht mehr gegen dich – sondern mit der Energie, die dich trägt.

Die vier Phasen deines Zyklus – und ihre Qualitäten



MENSTRUATION



FOLLIKELPHASE



OVULATION



LUTEALPHASE

Energetisch: niedrig,
tief, intuitiv

Energetisch:
ansteigend, klar,
inspiriert

Energetisch: hoch,
strahlend,
magnetisch

Energetisch:
schwankend, kreativ,
tiefgehend

Erfolgsenergie:
Empfangen statt
Tun.

Erfolgsenergie:
Strategisch &
schöpferisch.

Erfolgsenergie:
Sichtbarkeit & Fülle.

Erfolgsenergie:
Verfeinern &
Verkörpern.

Weiblicher Fokus:
Loslassen.
Vertrauen. Hingabe.

Weiblicher Fokus:
Klarheit, Struktur,
Umsetzung aus
Freude.

Weiblicher Fokus:
Empfangen,
Leuchten,
Mitmenschen
inspirieren.

Weiblicher Fokus:
Reflexion, Grenzen,
Intuition.

Zyklus & Business

– Führe im Rhythmus deines Körpers

Erfolg entsteht nicht durch Dauerpower – sondern durch Synchronisation.

Wenn du dein Business an deinen Zyklus anpasst, arbeitest du nicht weniger – du arbeitest intelligenter.

Menstruation

- ☒ Reflexion & Journaling über Businessrichtung
- ☒ Review des Monats / Projektauswertung
- ☒ Strategie-Anpassungen & Loslassen alter Ideen

- ☒ weniger Calls, keine Launches
- ☒ Raum für Intuition, nicht für Entscheidungen.

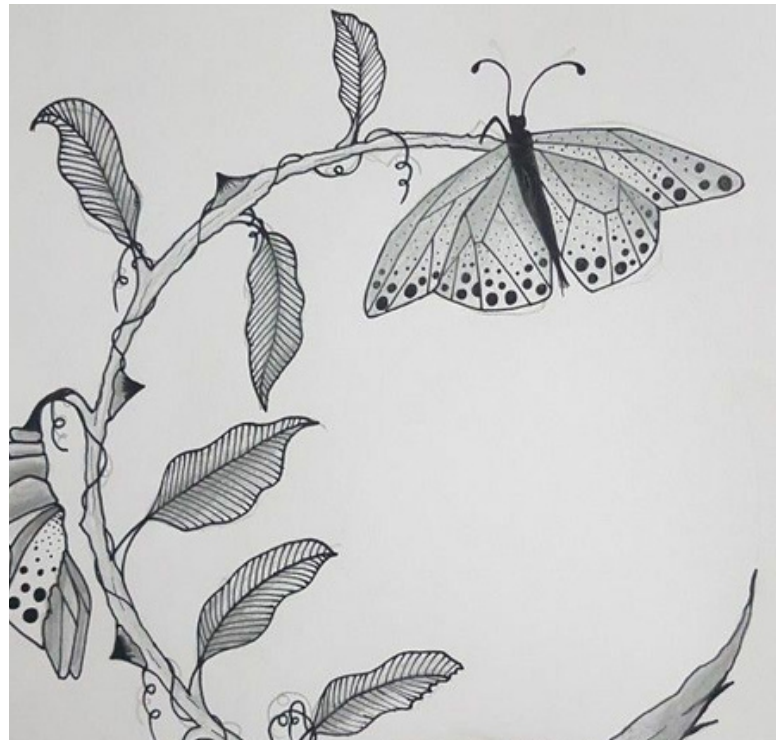


Was darf ich beenden,
damit Neues entstehen kann?

Zyklus & Business

Follikelphase

- ☒ Brainstormings, neue Ideen, Planung
- ☒ Strategische To-Do's, Launch-Vorbereitung
- ☒ Strategiegespräche, Contentplanung, Learning-Phasen
- ☐ Zu viel, zu schnell umsetzen.
- ☐ Vergleiche & Perfektionismus.



Was will durch mich in die Welt kommen?

Zyklus & Business

Ovulation

- ☒ Sichtbarkeit & Verkauf
- ☒ Networking & Community-Aktivierung
- ☒ halte Präsentationen, führe Verkaufsgespräche.
- ☐ Zu viel Geben, zu wenig Empfangen.
- ☐ Allen gefallen wollen.



Wie kann ich mein Wirken großzügig teilen?

Zyklus & Business

Lutealphase



Analysen, Feinschliff,
Detailarbeit



Content-Vorausplanung &
Selfcare



Tiefere Themen, Real Talk,
Transformation



keine neuen Projekte



Fokus auf Abschließen statt
Starten.



Was stimmt nicht mehr mit meiner Wahrheit überein?



Dein Erfolgsrhythmus

TRACKE DEINEN ZYKLUS
1 MONAT LANG
– aber diesmal nicht nur
körperlich.

MACH FOLGENDES:

- Beobachte, wann du am kreativsten, fokussiertesten oder magnetischsten bist.
- Notiere, wann du dich zurückziehen willst – und wie sich dein Erfolg dann verändert.

Trust yourself.



ZYKLUSTRACKER

M	T	W	T	F	S	S

NOTIZEN

Phasenplaner

Das werde ich in dieser Phase machen.....

Menstruation

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

SATURDAY

SUNDAY

Phasenplaner

Das werde ich in dieser Phase machen.....

Follikelphase

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

SATURDAY

SUNDAY

Phasenplaner

Das werde ich in dieser Phase machen.....

Ovulation

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

SATURDAY

SUNDAY

Phasenplaner

Das werde ich in dieser Phase machen.....

Lutealphase

MONDAY

TUESDAY

WEDNESDAY

THURSDAY

FRIDAY

SATURDAY

SUNDAY



Erfolg ist kein linearer
Anstieg.

Er folgt deinem Rhythmus –
wenn du lernst, ihn zu hören.

Deine Einladung

Dies war nur der Anfang.

Du hast die ersten Schlüssel deines eigenen Rhythmus in der Hand –

doch das ist erst der Beginn deiner Rückkehr in die volle weibliche Kraft.

In der **Women's Wisdom Academy** wirst du tiefer geführt
–in das alte Wissen, das einst von Frau zu Frau weitergegeben wurde:

über Körper, Energie, Erfolg und die Kunst, zu empfangen statt zu kämpfen.

Du lernst, mit den Zyklen des Lebens zu führen,
Fülle zu verkörpern und dein Business aus Frequenz statt aus Druck zu erschaffen.



Willkommen in der neuen Ära von Weiblichkeit, Erfolg und Freiheit.

Hier verschmelzen zwei Welten:

urweibliche Weisheit & moderner Erfolg.

Das Wissen, das dir nie beigebracht wurde, doch tief in deinen Zellen schon existiert.

Wenn du bereit bist, das zu erinnern, was du eigentlich nie vergessen hast – dann ist dies dein Ruf.

Willkommen im Kreis derer, die nicht mehr funktionieren – sondern führen, fühlen und fließen.



DEIN NÄCHSTER SCHRITT:

klicke hier



Tritt unserer WhatsApp-Community bei – und lass uns dich empfangen.

Folge uns, um Erfolg mit Weiblichkeit zu leben.



@be_feminity

