

DER SCHLÜSSEL ZU IHREM PERSÖNLICHEN WOHLBEFINDEN



Gestresst, verspannt, die Begeisterung und das Durchhaltevermögen verbraucht? Lernen Sie Methoden kennen, mit denen Sie Ihre Batterien wieder aufladen um mehr Energie, Power und Lebenslust zu erlangen. Stellen Sie sich für einen Tag ganz in den Mittelpunkt und machen sie damit den ersten Schritt zur Wieder-Herstellung Ihrer inneren Zufriedenheit und Ihres Wohlbefindens Als Mentaltrainerin und Humanenergetikerin begleite ich Sie bei Ihren ersten Schritten zu mehr Power und freue mich auf Ihr Kommen.

Inhalt:

- Wissen zum Thema Anspannung-Entspannung
- Woran merke ich mein eigenes Wohlbefinden
- Methodenkoffer zum Ausprobieren- welche lässt sich gut in meinen Alltag integrieren

Ort der Veranstaltung: **rebrain**, 1220 Wien, Wagramer Straße 60

Trainerin: Renate Debit

Mindestteilnehmeranzahl: 5 Personen