



Referenten & Themen



Markus Hofmann

Dipl. Marketingwirt,
European Business Trainer,
Infotainer, Autor, Keynote-Speaker

„Entdecken Sie das 8. Weltwunder – unser Gehirn“

Durch die Kombination von Spaß und Humor sowie interessantes und verblüffendes Know-how wird das Training des "Gedächtnismuskels" zum Impuls-Erlebnis für die Zukunft. In vielen praktischen Übungen werden Sie erleben, welche außerordentlichen Leistungen auch Ihr Gedächtnis vollbringen kann.



Thomas Eberl

Dipl. Sportwissenschaftler,
Fitness- und Gesundheitscoach,
Buchautor, Keynote-Speaker

Bewegung bringt Energie!

„Nutzen Sie Ihre versteckten Energiereserven.“

Thomas Eberl zeigt, wie einfach Sie effektive Bewegungs- und Entspannungseinheiten in den Alltag integrieren und Energiereserven kontinuierlich auffanken können. Viele praktische Übungen, sowie jede Menge wertvolle, umsetzbare Impulse machen es Ihnen leicht ins Handeln zu kommen.



Susanne Wendel

Dipl. Oecotrophologin,
NLP Trainerin, Buchautorin
„Richtig essen im Job“

„Essen macht Spaß! Essen mach sexy! Gesund essen ist ganz einfach!“

Bei Susanne Wendel geht es um Managerfood, das richtige Essen im Job – und wie Sie sich mit oder ohne Kantine, wenig Zeit, stressigem Büroalltag oder viel Reisen schnell und unkompliziert gesund ernähren und so Ihre Leistungsfähigkeit optimal erhalten können. Was zählt, ist der Genuss!

Referenten & Themen



Wolfgang Ficzo

Dipl. Volkswirt, Coach,
Lehrtrainer des DVNLP und ÖDVNLP,
Autor, Referent

„Der Schlüssel für Erfolg, Glück und Gesundheit liegt im INNEREN eines jeden Menschen.“

In diesem Vortrag lernen Sie das InnerSystem zum nachhaltigen Erfolg und Wohlfühlen kennen. Sie erfahren, wie Sie erfolgreicher und glücklicher werden können: Indem Sie sich selbst neu entdecken, sich positiv ausrichten, Ihre alltäglichen Emotionen noch besser steuern und die Kraft Ihres Unterbewusstseins gezielt nutzen.



Stephan Landsiedel

Dipl. Psychologe,
NLP-Lehrtrainer,
Autor, Flirtrainer

„Gute Beziehungen in Beruf und Privatleben sind wichtig für Ausstrahlung und Gesundheit“

Je besser Ihre Beziehungen in Beruf und Privatleben, desto ausgeglichener und leistungsbereiter fühlen Sie sich. Und umgekehrt genau so. Mit einer positiven und energiegeladenen Ausstrahlung kommen Sie einfach besser „rüber“. Sie lernen hier viele Tipps und Tricks, wie Sie spielerisch leicht im Berufsalltag flirtan können.



Dr. Michaela Schäffner

Dipl. Biologin, Lach-Yoga-Trainerin
1. Vorstand im Verband der deutschen
Lach-Yoga-Therapeuten e.V.

„Lachen ist ein Motivationstraining der ganz anderen Art“

In diesem Workshop erfahren Sie, warum und wie Sie mit Lachen Ihre Motivationssysteme effektiv aktivieren und dem chronischen Stress ein Stopp setzen können. Dabei erzielen Sie langfristig eine heitere, unbeschwertere Sichtweise. Und gesund ist es auch noch!

Faxantwort

Anmeldung

Regulär: 169 € zzgl. 19% MwSt.
Frühbucher bis 15. September: 149 € zzgl. 19% MwSt.
Gruppenpreise auf Anfrage

- Ich überweise die Teilnahmegebühr auf folgendes Konto:
Susanne Wendel
Stadtparkasse München
BLZ 701 500 00
Kontonr. 721 111 98
- Der Anmeldung liegt ein Verrechnungsscheck bei.

Eine vollständige Anmeldung liegt nach Eingang des ausgefüllten Formulars und Begleichung des Teilnehmerbeitrags vor. Sie erhalten eine Rechnung nach Eingang der Anmeldung. Kostenfreie Stornierung bis 30 Tage vor der Veranstaltung möglich. Weitere Infos unter www.impulstag-gesundheit.de

Anmeldung faxen an **089 - 74 94 88 81**
oder per Post an Susanne Wendel,
Kreuzhofstraße 6, 81476 München

NAME _____

STRASSE _____

PLZ/ORT _____

TEL _____

E-MAIL _____

DATUM _____

UNTERSCHRIFT _____

1. MÜNCHNER IMPULSTAG für Gesundheit und Fitness

„lustvoll gesund &
außer gewöhnlich fit“



Samstag, 17.11.2007

**Holiday Inn Hotel
Leopoldstraße 194
80804 München**

Fit sein macht glücklich und bringt Energie!
Top-Referenten geben Ihnen viele Impulse,
damit Sie fitter, leistungsfähiger, gelassener
und glücklicher werden. Im Job, im Privatleben
und ganz persönlich.

Lassen Sie sich inspirieren und begeistern!

Gestaltung & Konzept: www.karabiner-kommunikation.de

Ablauf

9.30 Uhr Begrüßung

9.45 Uhr Vortrag

Vortrag: Körperliche Stärke, geistige Frische.
Wer fit ist hat mehr Erfolg!
Referent: **Thomas Eberl**
www.thomas-eberl.de

11.15 Uhr Kaffeepause

11.45 Uhr Vortrag

Managerfood –
Richtig essen im Job!
Referentin: **Susanne Wendel**
www.foodtrainer.de

12.45 Uhr Mittagspause - (gesundes) Lunchbuffet

14.00 Uhr Parallele Workshops:

Workshop 1

Smart Flirten im Business.
Workshopleiter: **Stephan Landsiedel**
www.flirt-mit-mir.de
www.landsiedel-seminare.de

Workshop 2

Lach-Yoga –
Motivationstraining der anderen Art!
Workshopleiterin: **Dr. Michaela Schöffner**
www.lacheinfach.com

15.00 Uhr Mineralwasserpause

15.15 Uhr Vortrag

Mindness –
die Pflege eines schönen Geistes.
Referent: **Wolfgang Ficzek**
www.hrc-coaching.com

16.15 Uhr Kaffeepause

16.30 Uhr Vortrag

Vorsprung durch Wissen.
Memo-Mind – Gedächtnistraining.
Referent: **Markus Hofmann**
www.hofmannmarkus.com



1. Münchner Impulstag für Gesundheit und Fitness

„lustvoll gesund & außer gewöhnlich fit“

Das Weiterbildungsereignis der anderen Art
Infos und Anmeldung unter:
www.impulstag-gesundheit.de
oder Sie nutzen das Formular auf der Innenseite.

Hotline

Susanne Wendel: 089 - 74 94 88 80

Ihre Investition

Regulär: 169 € zzgl. 19% MwSt.
Frühbucher bis 15. September: 149 € zzgl. 19% MwSt.
Gruppenpreise auf Anfrage

Darin enthalten:
Programm, 2 Kaffeepausen, Mittags-Lunch-Buffer und Getränke.

Der Impulstag wird unterstützt von



Mitarbeitermotivation,
die schmeckt
www.ticketrestaurant.de



Die Krankenkasse
mit viel Leistung und Service
bei niedrigem Beitragssatz
www.bkkgilse.de



Wellness-Urlaub
und Seminare
www.hotel-sommer.de



Kompetenz aus
einer Hand – europaweite
Referenten-Vermittlung
www.platinumspeakers.ch



Hotel
Gletscher & Spa
Neuhintertux
www.neu-hintertux.com



Podium der starken Marken
www.image-kongress.de



Besondere Wohlfühlferien
in den Tiroler Bergen
www.quellenhof.at



Der Swapper: unkonventionell
und effektiv – anders sitzen
www.orbis-naturana.de

Veranstaltungsleitung



FOODTRAINER
einfach besser essen

Susanne Wendel
Dipl. Oecotrophologin
NLP-Trainerin

Kreuzhofstraße 6
81476 München
Telefon: 089 - 74 94 88 80
Fax: 089 - 74 94 88 81
E-Mail: s.wendel@foodtrainer.de
Web: www.foodtrainer.de