

Seminar LebensEnergie: Ihr Schlüssel zu neuer Balance

Gönnen Sie sich 2x2 Tage für Körper und Geist!

2+2=
4 TAGE

Die beiden Seminarmodule „Körper“ und „Geist“ finden im Frühjahr und im Herbst statt. Sie können deshalb beliebig kombinieren und starten mit dem Modul Ihrer Wahl!

Körper & Geist

Tanken Sie auf! Die LebensEnergie-Seminare führen Sie zu innerer Balance und mehr Energie für Ihre privaten und beruflichen Pläne.



2 TAGE

Für den Körper:
Ihr Weg zu mehr
Wohlbefinden
und Leistungs-
kraft



Thomas Eberl
ist Diplom-Sportwissenschaftler und der Experte für Prävention, Fitness und Gesundheit. Er ist Gastdozent für „Gesundheitsbildung“ an der TU München, Bestsellerautor und Coach von Spitzensportlern und Managern.

Bringen Sie Bewegung in Ihren Alltag!

Gesundheitscoach Thomas Eberl zeigt Ihnen, wie einfach Sie effektive Bewegungs- und Entspannungseinheiten in den Alltag integrieren können. Seine Methode in Sachen professionelles Energiemanagement führt Sie zielsicher zu mehr körperlichem Wohlbefinden.

Verbessern Sie Ihre Lebensqualität!

Nicht Zeit, sondern Energie ist unsere wertvollste Ressource

Um Zeit effektiv und sinnvoll zu nutzen, brauchen wir ausreichend Energie für das, was wir tun. Je besser wir Aktivität, Bewegung und Entspannung richtig kombinieren, desto weniger sind wir Stress ausgeliefert und desto leistungsfähiger sind unser Körper und Gehirn. Mit diesem Seminar gehören Rücken- und Gelenkschmerzen, Übergewicht und Bluthochdruck der Vergangenheit an.

- Entdecken Sie Ihr Potenzial und nutzen Sie versteckte Energiereserven
- Beeinflussen Sie Ihre Körperfunktionen positiv und beugen Sie so chronischen Beschwerden vor
- Profitieren Sie von einem ganzheitlichen Programm, das Ihren Körper mit wenig Zeit und Anstrengung in Topform bringt

Ihr Referent Thomas Eberl lebt vor, wovon er spricht. Als brillanter Referent, Trainer und Coach motiviert und begeistert er auf dem Gebiet der Gesundheitsoptimierung.

Investieren Sie jetzt in Ihre Gesundheit ... denn Ihre Leistungskraft ist der wesentliche Baustein für Ihren beruflichen Erfolg und ein erfülltes Privatleben!

