



Quelle: Pedro Figueras by Pixabay

SEMINAR zum THEMA:

Nie wieder Stressopfer werden... mit diesen 3 Strategien aus der Stressfalle!

Du fühlst dich wie in einem TURBO-Hamsterrad gefangen?

Es begleiten dich:

- ständige Müdigkeit
- „Nie genug zu sein“
- immer größer werdendes Leistungstief
- inner Leere
- grenzenlose Ohnmacht
- ewige Aussichtslosigkeit
- häufiger werdende Beschwerden

Der Benefit aus diesem Seminar „Nie wieder Stressopfer werden... „

=

Nie wieder „toxischer“ Stress in deinem Leben!

- Erlernen des Ying Yang Prinzips
- Verstehen + Verständnis für den Faktor STRESS
- körperliche Anti-STRESS-Strategie
- spirituelle Anti-STRESS-Strategie
- Gelassenheitsprinzip
- entspannter Umgang mit d. Faktor STRESS
- geistig/mentale Anti-STRESS-Strategie
- Reduktion von Krankenständen