



MIND-BODY-CIRCLE® - Das GESUNDHEITSTRAINING

Das Training für geistige Klarheit, emotionale Balance und körperliches Wohlbefinden

Steckst Du wieder im Hamsterrad voller Termine und Verpflichtungen und kommst selbst dabei zu kurz?

Erfahre, wie Du durch ein effektives Training die Herausforderungen unserer Zeit meistern kannst. Lerne in einem erprobten Trainingsprogramm in sieben Modulen die sieben Schlüsselfähigkeiten für Gesundheit und Wohlbefinden kennen.

Was kannst Du aus dem Trainingsprogramm für Dich mitnehmen?

Mit gezielten Übungen und konkreten Trainingsanleitungen

- lernst Du Techniken zur Verbesserung Deiner Selbstregulationsfähigkeit auf geistiger, körperlicher und emotionaler Ebene kennen und
- lernst Du souveräner mit herausfordernden/belastend erlebten Lebenssituationen umzugehen.
- Du erhältst von mir Unterstützung und einfache Trainingspläne, das Erlernte in Deinem Alltag umzusetzen und fest zu integrieren.
- wirst Du unterstützt Dich im eigenen Körper wohler fühlen, gesünder und freier zu leben, energiegeladener und stimmiger mit Dir zu sein.

Ich freue mich auf Dich!

Silke Baumann

Eigenen Körper als Wegweiser nutzen

Raum für Selbstregulation schaffen

Klarheit & Orientierung finden

Gelassen mit Stress umgehen

Gesundheit & Wohlbefinden

Kraft schöpfen

Ort:

Klewado- Gästehaus für Ideen

Hainichener Straße 201,

09599 Freiberg

jeweils 17:30– 20:30Uhr

Anmeldung

Mensch sein & Entwicklung

Praxis für lösungsorientierte Psychologie
 Silke Baumann
 Am Lässigherd 2, 09526 Heidersdorf
 Telefon +49 1525 4217453
 Fax: 037361/159028
 kontakt@mensch-sein-und-entwicklung.de
 www.mensch-sein-und-entwicklung.de

Absender:

.....
 (Name bzw. Firma)

.....
 (Straße)

.....
 (PLZ, Ort)

.....
 (Telefon)

.....
 (E-Mail)

Verbindliche Anmeldung zur Trainingsreihe
“ MIND-BODY-CIRCLE ® - Das GESUNDHEITSTRAINING“

Bitte wähle Deine Terminreihe für **jeweils 17:30 Uhr – 20:30 Uhr** aus und kreuze Deine Auswahl in der 1. Spalte an.

Auswahl bitte ankreuzen	Angebote	Seminarpreis Incl. MwSt.	Angebotsinhalte
<input type="checkbox"/>	Gesundheitstraining 1: 25.3./1.4./8.4./15.4./29.4./6.5./13.5.	399,00€	Umfangreiches Trainingsmaterial, Wissenseinheiten
<input type="checkbox"/>	Gesundheitstraining 2: 29.3./5.4./12.4./26.4./3.5./24.5./31.5.	399,00€	Umfangreiches Trainingsmaterial, Wissenseinheiten
<input type="checkbox"/>	Gesundheitstraining 3: 27.5./3.6./11.6./17.6./24.6./1.7./8.7.	399,00€	Umfangreiches Trainingsmaterial, Wissenseinheiten
<input type="checkbox"/>	Premiumpaket:	499,00€	Gesundheitstraining + 90 min. persönliches Einzelgespräch für die Themenvertiefung und weitere Unterstützung beim Alltagstransfer

Ich melde mich hiermit verbindlich an (bitte in Druckbuchstaben ausfüllen):

.....

Die [Datenschutzerklärung](#) wurde von mir zur Kenntnis genommen und ich gebe hiermit mein Einverständnis dazu, dass die von mir angegebenen Daten elektronisch erhoben und gespeichert werden. Meine Daten werden hierbei nur zweckgebunden zur Bearbeitung und Beantwortung meiner Anmeldung benutzt. Mit der Absendung der Anmeldung erkläre ich mich mit der Verarbeitung einverstanden. Weiterhin habe ich die [Allgemeinen Geschäftsbedingungen](#) von Mensch sein & Entwicklung- Silke Baumann gelesen und akzeptiert.

.....
 Datum, Unterschrift