



mut zur entwicklung
coaching & persönlichkeitsentwicklung

Mut zur Entwicklung | Offene Seminare und Workshops

29.10.2011 | Persönliches Energiemanagement - Schnupperkurs

In der heutigen Zeit gestalten wir als moderne und selbstbewusste Menschen ein vielfältiges und meist sehr anspruchsvolles Leben. Dazu gehören die unterschiedlichsten Herausforderungen, die oft zeitaufwändig und energiezehrend sind. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie positiv damit umgehen können und zu mehr Energie im Alltag finden.

Inhalte sind:

- Energieniveaus und Energietypen
- Energiequellen versus Energiekiller
- Anforderungen und Bedürfnisse (berufliche und private)

In diesem eintägigen Workshop erfahren Sie anhand von praktischen Übungen, woraus Ihr Energiehaushalt besteht und wie Sie bewusster mit ihren Ressourcen umgehen. Dadurch können Sie Ihren beruflichen wie privaten Alltag mit größerer Leichtigkeit gestalten.

Nehmen Sie Ihre Energie in die Hand!

Maximale Teilnehmerzahl: 10

Veranstaltungsort: Reich der Sinne (Naturheilkunde- und Wellnesszentrum)
Schleißheimer Str. 271
80809 München

Zeit: 10:00h – 16:00h
Mittagspause: 13:00h – 14:00h

Preis: 100,- € Schnupperangebot, inklusive Unterlagen, Getränke, Obst und Pausensnacks