

Die Reise zur besseren Gesundheit

Das Praxisseminar für unseren Körper

Gesundheit ist wesentliche Angelegenheit für jeden Menschen. Wie diese verstanden wird und welche Aspekte wichtig sind, variiert hingegen. Nicht jedem Menschen ist bewusst, welche Körperhaltung an ihrem Arbeitsplatz sich auf die Gesundheit negativ auswirkt.



Mit einem Klick
zur Anmeldung ↓

Inhouse Training

Offenes Seminar

Onlinetraining



Address



Date

Treten Sie ein in die Welt der ganzheitlichen Gesundheit und erleben Sie, wie Sie Ihre körperliche Verfassung positiv beeinflussen können. Das Seminar „Die Reise zur besseren Gesundheit“ öffnet die Tür zu einer neuen Dimension des Wohlbefindens und zeigt Ihnen, wie Sie sich in Ihrem Körper zu Hause fühlen können.

Inhalte:

- Krankheitsbilder und deren Entwicklung in Deutschland
- unsere Körperhaltung im heutigen Zeitalter
- Situationsdarstellung im Körper in unterschiedlichen Berufsbildern
- mögliche Folgekrankheiten muskuläre und fasziale Darstellung & Lösungsansätze
- Einfache Trainingsmethodik in der heutigen Zeit
- Umsetzung für zu Hause & am Arbeitsplatz

Dauer
1 Tag

Zeit
9:00 – 16:30

Trainerin
Anika Voss