LEPIDO COACHING

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

Das Seminar „HAPPINESS-PRINZIP“ gibt Antwort auf folgende Fragen:

- Willst du Veränderungen in deinem Leben?
- Bist du mit deinem Leben unzufrieden und fühlst dich unglücklich?
- Fragst du dich seit geraumer Zeit: „Wollte ich das wirklich so? War das ALLES? Soll das die nächsten Jahre/Jahrzehnte so weitergehen?
- Suchst du nach Antworten und Lösungen, wie du ein glücklicher Mensch werden kannst?

Der Benefit aus diesem Seminar HAPPINESS-PRINZIP
=
mehr Erfolg und Lebensfreude im Leben!

Inhalte des Seminars:

- **Positive Veränderung der bisherigen Denkweise**
- **Neutralisierung der „Achse des Bösen“**
- **Vom „nicht genug sein“ zum „es wert sein“**
- **Achtsamkeit im Alltag**
- **Gesunde Rituale für den Alltag**

LEPIDO COACHING

SEMINAR zum THEMA:
Neue Kraft finden… so überwindest du deine Erschöpfungszustände!

(körperliche-geistige-seelische)

Kennst du das auch?

- Überforderung
- Fehlende Gelassenheit
- innere Unruhe
- Freud- und Lustlosigkeit
- Konzentrationsschwäche
- körperliche Beschwerden nehmen zu

Alles wird dir einfach zu viel!

Der Benefit aus diesem Seminar „Neue Kraft finden… „
=
Leben in deinem persönlichen Rhythmus schützt dich vor Erschöpfungszuständen!

- Innere Ausgeglichenheit
- Körperlich-geistig-seelisch im Einklang
- Befreiung deiner Energiepotentiale
- gesteigerte Resilienz
- Neutralisierung der „Achse des Bösen“
- Beschwerdefrei durch‘s Jahr

Vom Sisyphos zum 1 x 1 der Lebensfreude

Ziel der Veranstaltung:
Erlangung- bzw. Wiedererlangung der eigenen Lebensfreude. Du wirst Dich danach frei, frisch, motiviert, gestärkt, glücklich, selbstbewusst und voller LEBENSFREUDE fühlen!

Beschreibung:
In diesem 2-Tages-Workshop lernst Du deine persönliche Lebensfreude und Lebensglück sowie Verhinderungs- und Sabotageprogramme kennen!
Du wirst erkennen, warum Du so bist, wie Du bist und warum Du heute dastehst, wo Du stehst! Du wirst lernen, wie Du deine persönlichen Verhinderungs- und Sabotage-Programme verändern kannst, dass sie Dich ab sofort in deinem TUN positiv unterstützen!
Du wirst Dich mit deinen Blockaden und Ängsten auseinandersetzen und auch diese in positive HELFER verwandeln!
Du wirst deine RESILIENZ, dein EMPOWERMENT und deine ENCOURAGE stärken, so dass Du nach diesem Seminar-Workshop mit allen Herausforderungen (Problemen) leichter und erfolgreicher umgehen kannst! Zusätzlich machen wir am Ende der Veranstaltung noch eine positive SUGGESTION (Tiefenentspannungs-Meditation).

Voraussetzung:
Du bist
- unglücklich mit deiner Lebenssituation
- unzufrieden wie es auf deiner Arbeit läuft,

du hast das Gefühl, dass
- dich keiner versteht
- alle auf Dir herumtrampeln
- jeder Dich nur ausnutzt
- Du ein „Gefangener“ in einem Hamsterrad bist,

du sehnst Dich nach
- Glück
- Liebe
- Zufriedenheit
- Wertschätzung und
- Lebensfreude, doch findest den Weg nicht, wie Du da hinkommen sollst und

Du fühlst Dich
- miss- bzw. unverstanden
- NICHT gut genug
- zu unwichtig und unbedeutend.

Veranstaltungsort: folgt I
Zeitrahmen: 2-Tages-Seminar (1. Tag: 10:00 – 19:30 Uhr, 2. Tag: 09:00 – 17:30 Uhr)
Seminar-Gebühr:
Teilnehmerzahl: auf 40 Personen begrenzt
Workshop-Code: VSLF01/18 (bitte bei eurer Anmeldung unbedingt angeben)

LEPIDO COACHING
www.lepido-coaching.de

Ich freue mich auf Euch!

Karl-Heinz Conrad

Melde Dich jetzt an und sichere Dir noch heute deinen Platz. Der Early-Bird-Preis ist gültig bis 30.11.2018, danach gilt der reguläre Preis. Vorkasse (registrierter Geldeingang bis 27.02.2019 – Voraussetzung für die Teilnahme!).
Anmeldungen über das Kontaktformular auf meiner Homepage: www.lepido-coaching.de .