



Buchen Sie Ihre Reise in Richtung Lebenskraft um – Slatco Sterzenbach

## Pro EnergyCoaching Work-Life-Balance



### Ihr Coach:

Karin Lohner  
Executive business & balance Coach

### Kosten:

Seminargebühr € 1200

Hotel Inklusivpreis mit allen  
Anwendungen und ärztlichen  
Konsultationen € 1400

### Kleidung:

Sportkleidung, Turnschuhe,  
Badebekleidung

### Ort:

Die Vila Joya ist eines der schönsten  
Boutiquehotels der Welt und liegt an der  
malerischen Algarveküste Portugals.  
Dieser ganz besondere Ort und die Men-  
schen, die dort für unser Wohlfühl  
sorgen werden, wirken unterstützend in  
der Entwicklung der gewünschten inne-  
ren Balance.

### Nächster Termin:

02. bis 06. Februar 2009



## Ausgeglichen Leben und Arbeiten

Zeit ist ein begrenztes Gut – Ihre Energie nicht – sie ist Ihre wichtigste regenerierbare Ressource. Der Aufbau von Energien und sie richtig einzusetzen sind die Garanten für Ihre ganzheitliche Gesundheit, Ihre Kreativität und Ausgeglichenheit und damit für Ihren ganzheitlichen Erfolg, der letztendlich in wirklicher, tiefer Zufriedenheit resultiert.

Die Quellen unserer Energie sind

- Körperliche Gesundheit und Fitness
- Emotionale Ausgeglichenheit
- Verstehen menschlicher Strukturen und Zusammenhänge
- Sinn und Perspektive in unserem Denken und Handeln

Unsere Energie-Aufbauarbeit richtet sich genau nach diesen Bedürfnissen aus durch

- Wissensaufbau über unsere Bewältigungsstrukturen
- Gezielte energiefokussierte Bewegung
- Persönliche Reflektion und meditative Übungen
- Gestaltung unserer Vision und Perspektiven für eine erfolgreiche, zufriedene Zukunft

### Ziel:

Wir bringen mehr Qualität in unsere verfügbare Zeit indem wir Blockaden abbauen und Energien erneuern. Unsere Energie und unsere Emotionen stehen in direktem Zusammenhang, ebenso wie unser Geist unseren Körper beeinflusst. Deshalb bringen wir unser emotionales System zeitgleich mit unserem Körpersystem in Balance.

In der persönlichen Reflektion lernen wir unsere Energiediebe kennen und tauschen sie gegen Energielieferanten aus. Das Wissen um die Strukturen unseres Denken und Handelns ist die Grundlage für jede unserer gewünschten Veränderungen.

### Methoden:

Einzelcoachings und Gruppencoaching  
Seminar „Das VIP-Prinzip Instrument der Work-Life-Balance“  
Meditative Elemente und balancing Kinesiologie  
Dialogwanderungen am Meer

### Leistungen:

5 Tage Coaching und Seminar  
4 Inklusiv-Übernachtungen mit leichter Verwöhn Pension des Sternekochs Dieter Koschina  
2 Konsultation beim ayurvedischen Therapeuten  
4 ayurvedische Massagen  
2 einstündige Yoga Sessions  
Anreise exklusive