

## Deine Dozenten

### Sylva Neiber, Lizenzierte Trainerin



Tumwerkstatt Passau



### Petra Lindmeier, Heilpraktikerin



PETRA LINDMEIER  
Heilpraktikerin  
klassische Homöopathie  
Coaching

Was erwartet Dich?

Jeweils ein Stunde Theorie und Praxis mit einer 30 minütigen Pause

1. Samstag

Was hindert mich mich zu bewegen?

kurze Pause

ganzheitliches Trainingsprogramm mit Schwerpunkt Rücken

2. Samstag

Stärke Deine Ist-Situation

kurze Pause

ganzheitliches Training mit Schwerpunkt Bauch

3. Samstag

Wandle Deine hinderlichen Glaubenssätze in für Dich förderliche um

kurze Pause

ganzheitliches Training mit Schwerpunkt Schultergürtel

4. Samstag

Konkretisiere Dein Vorhaben und überwinde Deine Trägheit

kurze Pause

ganzheitliches Training mit Schwerpunkt Atmung und Entspannung

**Seminarkosten: 250,00 Euro**

inkludiert Coaching (Unterlagen) und Bewegungstraining  
(Trainingsmaterial und Matten vorhanden)