

Kehr' zurück zu Deinem ursprünglichen Selbst! Du! Mensch in der Arbeitswelt ...

**Stress – überlebenswichtig und grandios von der Natur eingerichtet,
jedoch nicht als Dauerzustand und hoch dosiert!**

Den Körper wieder spüren lernen –
mit eigenen Ressourcen bewusst
umgehen. Gesund sein, leistungsfähig,
spontan und fokussiert auf die wichtigen
Dinge des Alltags. Worum geht es in
Ihrem einzigartigen Leben?

Das innere Gleichgewicht
wieder herstellen.

Auch nach einem vollgepackten
Arbeitstag Energie und Lust für die
schönen Dinge des Lebens haben.

Erlernen Sie einfache **Shaolin Chi Kung-
Techniken und Fähigkeiten**,
nutzen Sie das Wissen der alten
ehrwürdigen Meister.



Foto: Anna-Lena Günther

*„Lass los, was Dir schadet. Kultiviere, was Dich stärkt.
Du kannst Dir aussuchen, WAS und WER Du bist.“*



Investieren Sie doch einfach mal in sich selbst. Zeit ist Gold wert!

Nach nur einem Kurs können Sie zu Hause selbständig praktizieren und mit einem
täglichen Zeitaufwand von nur 10–15 Minuten zurückfinden –
zu dem, was wirklich in Ihnen steckt.

www.silkeschulz.de

Gern stelle ich Ihnen individuelle Kurse für Ihre Mitarbeiter zusammen.
Sprechen Sie mich an.

KURSDAUER: 3 Stunden (mit Pause), inkl. Skript

KONTAKT: Silke Schulz
Tel. +49 162 1755510
E-Mail: info@silkeschulz.de

