

Nie wieder Diät mit Lifelight

Inklusivleistungen:

- 2 Übernachtungen
- inkl. Frühstück
- 1 Mittagessen
- 1 Abendessen
- Seminar/Workshop
- Reisepreissicherungsschein

ab 299 €



Nie wieder Diät

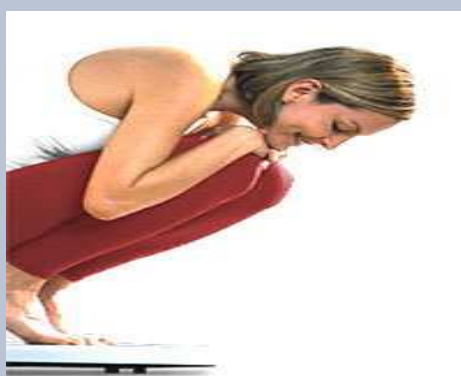
Gegen das allgemeine Schönheitsempfinden und dem Magerwahn kann niemand etwas ausrichten, aber man kann ein unkompliziertes und unbelastetes Verhältnis zum Essen bekommen. Wenn das geschieht, wird Abnehmen ganz leicht und schlank bleiben selbstverständlich.

Warum essen nicht dick macht!

Warum scheitern alle Diäten und Abspeck-Maßnahmen, die in den letzten 50 Jahren auf den Markt kamen? Warum schaffen es gerade einmal 1% aller Abnehmwilligen, durch Diäten, Ernährungsumstellungen und Verzicht schlank zu werden- und zu bleiben? Warum scheitern 99% aller Abnehmversuche und warum ändern sich fast Jahr für Jahr die Strategien gegen Übergewicht. Warum war zunächst Fett als Dickmacher deklariert, dann Fleisch, später Zucker und warum sind es nun die Kohlenhydrate? Warum gibt es Menschen, die alles essen ohne ein Gramm zuzunehmen? Wir sind davon überzeugt, dass Dick- oder Dünnssein nichts damit zu tun hat, was Sie essen! Wir wissen, dass eine dauerhafte Abnahme nicht mit Ernährungseinschränkung gelingen kann. Wir gehen ganz andere Wege. Seit Jahren, erfolgreich, anders, querdenkend, ganzheitlich, menschlich!

Seminarinhalte

Hier erfahren Sie alles darüber, warum Essen nicht dick macht. Ihr eigener Essensplan wird aufgenommen und betrachtet und Sie erfahren wichtige Tipps und Tricks zur richtigen Ernährung, ohne dabei verzichten zu müssen. Dabei entwickeln Sie eine positive Einstellung zum Essen und erfahren die Strategie zur Umprogrammierung Ihres Körpers.



Lifelight, Nie wieder Diät

Für wen ist dieses Seminar?
Für alle, die mit Ihrer Figur unzufrieden sind und sich wohlfühlen möchten.

Zu den Trainingsmethoden zählen ein Vortrag, eine anschließende Diskussion sowie Gruppen- und Einzelarbeit.

Beispiel: SRS Median Hotel Lehrte, 4 Sterne
Das Hotel erwartet Sie in grüner Lage mit guten Verkehrsanbindungen.

Ausstattung: Empfangshalle, Klimaanlage, Fahrstuhl, öffentliches Internet-Terminal, hoteleigener Parkplatz, Tagungsräume, Hotelsafe, Eismaschine, Restaurants, Hotelbar, 600 qm großer reizeitbereich mit Wellness- und Fitnessbereich, Fitnessstudio, Kosmetik etc.

Die Zimmer sind mit Bad oder Dusche/WC, Kabel- & Pay-TV, Radio, Schreibtisch, Telefon, ISDN-Internet-Anschluss, Kaffee-/Teekoher, Klimaanlage, Kosmetikspiegel sowie Haartrockner ausgestattet.



Trainingsmethoden

1. Vortrag
2. Diskussion
3. Gruppenarbeit
4. Einzelarbeit

Seminarleiter: Lena Bredow + Team

Konditionen:

Freitag
Anreise - Tag zur freien Verfügung
1 Abendessen mit Dozent & "Warm up"

Samstag
9:00 Uhr Seminarbeginn
2 Kaffeepausen und 1 Mittagessen
18:00 Uhr Seminarende

Sonntag
09:00 Uhr Seminarbeginn
1 Kaffeepause
13:30 Uhr Seminarende

Reisezeitraum:

4 Termine, Ausweitung auf Folgetermine bei entsprechenden Abverkauf möglich.
Teilnehmerzahl
Min. 10 Teilnehmer*
Max. 15 Teilnehmer*
* abhängig vom Seminar

Sonderkonditionen:

Kontingent:
bis zu 15 Zimmereinheiten

Release:

Anreisetag: Freitag
Abreisetag: Sonntag

