

Seminarmodule

1. Business Vital Training:

Einführung in das Thema Gesundheit
Verantwortung für sich selbst bewusst machen
Vitalitätskurve in Abhängigkeit der persönlichen Ernährung
Krankheiten sind oft selbst gemacht
Krankheitsrisiken erkennen aufgrund der Familienanalyse
Konkrete Übungen zur Steigerung der Vitalität
Ernährungsverhalten und die Folgen
Eigentlich wissen wir alles – warum haben wir bisher nichts getan?

2. Business Vital Training:

biometrische Daten erheben und erste Auswertungen
Zusammenhänge zwischen den häufigsten Krankheiten und der eigenen Ernährung
Schwächung des Immunsystems: Was kann man dagegen tun?
Konkrete Übungen zur Steigerung der Vitalität
Die persönlichen Vitalitätsfallen kennen lernen

3. Business Vital Training:

Ausführliche Besprechung der biometrischen Daten
Fragen und Antworten zur persönlichen Gesundheit
Konkrete Übungen zur Steigerung der Vitalität

4. In den Folgewochen:

Offenes Telefon-Coaching Fragenbeantwortung

5. In den Folgewochen:

Persönliches Coaching, wenn jemand das wünscht

Gerne zeigen wir Ihnen Ihren Nutzen!

Rufen Sie uns einfach an oder schicken Sie ein Mail!

Dr. med. FMH Van Gretz

Arzt für Vitalitäts- und Orthomolekularmedizin

praxisorientierte betriebliche Gesundheitsförderung