

Stressprävention & Gesundheitsmanagement

Unsere Leistung und Themen:

Die geistigen und mentalen Anforderungen im Beruf werden immer größer. Stresssymptome wie „Burnout“ sind Schlagworte unserer Zeit. Viele Menschen sind überlastet. Ausgeglichenheit, Lebensfreude und innere Ruhe treten oftmals in den Hintergrund.

Die einzigartige Kombination aus Information, Meditation und Bewegung unterstützt jeden Menschen, sich geistig und mental auf Vorderrang zu bringen. Ziel ist u.a. das Schaffen neuer synaptischer Verbindungen in der „Schaltzentrale“ Gehirn.

Auf Basis der modernen Gehirnforschung mit Frequenztechnologie, der Bioenergetik, der Meditationslehre, der Kommunikations- und Motivationspsychologie, sowie der Quantenphysik verhilft Powerlife zu mehr **Konzentration, mehr innerer Ruhe, mehr Ausgeglichenheit, mehr Lebensfreude**, fördert die **geistige Kreativität**, erhöht die **Stressresistenz** und macht zusätzlich noch ganz viel **Spaß**.

Mal etwas völlig anderes!

2x2 Tage ohne engen Zeitplan mit Hausaufgabe

- Gehirnaktivierung zum Schaffen neuer synaptischer Verbindungen
- „Brain Chess“ – Analyse der Lebensbereiche. Ist – Zustand, bin ich zufrieden? Was behindert mich in meinem Leben, Die Gehirnmatrix
- Meditationstechniken und Atemtechniken aus dem Kriya Yoga
- Praktische Meditationsübungen mit Tiefenmeditation
- Reduzierung der Gehirnfrequenzen und Hemisphären Synchronisation mit binauralen Gehirnfrequenzen
- Intrinsische Motivation; was will ich erreichen? Warum? Was ist zu tun? Zieldefinition, Motivanalyse und Umsetzung mit Plan, Quantenfeld
- Mehr innere Ruhe, mehr Ausgeglichenheit und mehr Lebensfreude
- Quantenphysik und Aufbau eines funktionierenden Quantenfeldes

Erschaffe Dein Leben mit Deinen Gehirnfrequenzen



Zielgruppe:

Alle Menschen, die sich Gutes gönnen und mehr Lebensfreude und weniger Stress haben wollen

Inhalt



Neue synaptische Verbindungen = neue Gedanken und weniger Stress!

Schwierigkeiten im Umschalten von einer Aufgabe zur anderen? Gedächtnislücken? Konzentrationsprobleme? Vergessen? Geistige Leere? Fehlen oft die Worte? Mehr Krankheitstage? Namensgedächtnis? Fehler? Schlechter Schlaf? Stress? Keine Ideen? Burnout?... **Schluss damit**

Zur Unterstützung bei der Meditation können binaurale Gehirnschwingungen eingesetzt werden, wenn eine tiefe Entspannung nicht erreicht werden kann, z.B. wenn der „Kopf noch zu voll“ ist oder zu viele Gedanken ständig kreisen. Unser Gehirn produziert Frequenzen von 0,5 bis ca. 35 Hz, vom Tiefschlaf bis hin zur höchsten Konzentration. Binaurale Frequenzen werden phasendifferent über Kopfhörer eingespielt. Durch die Phasendifferenz geht das Gehirn in Resonanz mit den gewünschten Frequenzen. Mittlerweile werden die Frequenzen sehr erfolgreich im Leistungssport eingesetzt. Jeder Teilnehmer erhält seinen eigenen powerbraintuner mit 7 Frequenzen.

Innere Ruhe
Ausgeglichenheit
Glücklich Sein



Lebensfreude

Weitere Infos:

Dauer 2 x 2 Tage
Im Abstand 4 – 6 Wochen

Max. 16 Teilnehmer
Deine Leistung: 890.-€
zuzügl. MwSt. ohne
Übernachtung und
Verpflegung
Partnerermäßigung 15 %

powerbrain[®]
institut für angewandte mentalstrategie



Powerbrain GmbH
Institut für angewandte Mentalstrategie

Dominikus Käser Str. 28
85391 Allershausen

Telefon: +49 8166 990311

E-Mail:
sepp.spreitzer@powerbrain-institut.de

Ziele & Vorteile

Ziele:

- Du erweiterst Dein Netzwerk im Gehirn
- Du steigerst Deine Kreativität
- Du gehst entspannter an künftige Aufgaben
- Du wirst stressresistenter und hast mehr Lebensfreude
- Du erlernst die Meditation und wirst ausgeglichener
- Du kannst Dich jederzeit selbst aus „Tiefs“ befreien
- Du hast klar definierte Ziele und Motive und erreichst diese
- Du löst Blockaden
- Du findest Deine Mitte und die innere Ruhe
- Du wirst erreichen, was Du wollen!

Vorteile:

- Du hast großen Spaß dabei
- Stress wird ein „Fremdwort“ für Dich werden
- Du hast Zugriff auf Deinen „Ideenpool“
- Du erfährst verschiedene Methoden der Meditation
- Faszinierende Erfahrungen mit den binauralen Gehirnfrequenzen
- Du erhältst einen powerbraintuner (Wert 257.-€)
- Du lernst, ein funktionierendes Quantenfeld zu erschaffen
- Du fühlst dich wohler und stärker
- Du bist motivierter
- Du gewinnst mehr Vertrauen zu Dir selbst
- Du erweiterst Deinen Blickwinkel

Referenten und Coaches Dagmar & Sepp Spreitzer



Gesellschafter und Geschäftsführer der powerbrain GmbH,
Institut für angewandte Mentalstrategie

WEITERE INFOS

www.powerbrain-institut.de