

Zusammen mit Ihren Partnern **bietet GPC Ihnen folgendes Seminar zum Thema “Gute Zusammenarbeit von Körper und Geist“ an:**



Zielsetzung

Wenn wir uns intensiv auf unsere Arbeit konzentrieren, geht oft der Körper vergessen. Doch nach einiger Zeit meldet er sich mit Verspannungen und Schmerzen. Körper und Geist müssen sich nicht ausschliessen. Im Gegenteil: Wer sich seines Körpers auch in den anspruchsvollsten Denkprozessen bewusst ist, ist kreativer und produktiver und fühlt sich nicht zuletzt wohler in seiner Haut.

Inhalte

- mit dem Körper denken und mit der Intelligenz spüren
- Gewohnheiten und Verhaltensmuster überprüfen
- Optimieren der körperlichen und geistigen Fitness für gegenwärtige und zukünftige Aufgaben

Dauer	1 Tag
Daten	Nach Absprache
Gruppengrösse	6 – 12 Personen
Ort	Nach Absprache
Referent(in)	Konrad Wiesendanger

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung

Tel: 0041-44-8208011
Natel: 0041-79-4047782
E-mail: info@gpc-rp.ch