

Testen sie ihre Leistungsfähigkeit !

Ein aktiver Beitrag zur Vorsorgemedizin - nachhaltig, effizient und wissenschaftlich anerkannt.

Optimieren sie ihre Leistungsfähigkeit und führen sie ihr System in einen gesunden und leistungsfähigen Zustand zurück.

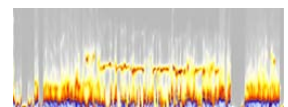
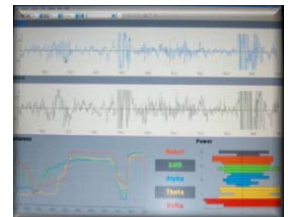
Aktive Prävention bedeutet, dass Sie wissen müssen, ob Sie überhaupt ein Risiko haben und welches!

Burn Out und ähnliche, stressbedingte Krankheiten sind schleichende Krankheiten und werden meistens in den Frühphasen nicht erkannt oder geleugnet. Warten sie nicht, bis sie krank werden – sorgen sie vor!

Physiologische Messungen (Herzrate, Puls, Herzratenvariabilität, Atmung, Muskelspannung, Durchblutung und Hautleitwert) ermöglichen eine verlässliche Aussage über den Status Quo von Regenerationsfähigkeit und Reserven im System Mensch.

Wir kombinieren eine 24 Stunden Herzratenvariabilitätsmessung- der Lebensfeuernessung, die verlässliche Daten über ihren momentanen Belastungszustand, ihr biologisches Alter, ihre Regenerationsfähigkeit, ihre Reserven und ihre Schlafqualität u.v.m. geben, mit Biofeedback. Dies ermöglicht ihnen rechtzeitig, sinnvolle Präventionsmaßnahmen zu ergreifen. Die Steuerung der eigenen Physiologie (Biofeedback) ist dabei eine der effizientesten Methoden und von den meisten Menschen in wenigen Stunden erlernbar. Zur Kontrolle der Nachhaltigkeit und Effizienz der getätigten Maßnahmen wiederholen wir die Lebensfeuernessung zum Abschluss.

Nutzen sie diese Chance, testen sie rechtzeitig ihr Risiko und erlernen sie diese sinnvolle Technik zur Erhaltung der Gesundheit und Optimierung ihrer Leistungsfähigkeit.



Dieses Package beinhaltet:

- 1 Lebensfeuernessung mit Interpretation von einem ausgebildeten Experten
- 1 vollständiger Belastungstest mittels Biofeedback
- Interpretation des Risikos anhand der physiologischen Messungen
- Minimax Therapievorschläge, die kaum Extrazeit in Anspruch nehmen
- Ausdruck des physiologischen Profils mit Herzrate und Herzratenvariabilität (Global Fitness Faktor)

Kosten nur Messung: 390 €

Wir kommen ab 3 Mitarbeitern in ihre Firma im Raum Wien und Umgebung. Ab 6 Mitarbeitern auch österreichweit. Pauschalen für Gruppen bitte tel. erfragen oder per mail.

Komplettpaket Prävention: 1780 €

- 1 Lebensfeuernessung mit Interpretation von einem ausgebildeten Experten zur Bestimmung des Status Quo und der momentanen Belastbarkeit
- Belastungstest wie oben beschrieben, Bestimmung des Optimum Performance Levels
- 7 Trainingseinheiten a 50 min.
- Abschlusstest und Kontrolle des Erfolgs
- follow up der Nachhaltigkeit nach 3 Monaten
- zweite Lebensfeuernessung zur Kontrolle der Veränderung und Gesundheitsoptimierung

Holistic Learning Institute®

Mag. Monika Fuhs,

Tel.: 0699 712420941 Mail: holistic-learning@gmx.at ; www.holistic-learning.org

K.Kaubekstr.5 2103 Langenzersdorf und 1210 Wien Ferstlg. 16 / 1