



Gesundheitsmanagement - Energiemanagement

viva dynamic
life in balance!

Früher an später denken!

Wollen Sie raus aus der Risikozone? Erleben Sie mit uns ein Seminar von Profis für die Gewinner von Morgen. Sie erhalten hochwertige Gesundheitsinformationen, die Bewußtsein schaffen für das Wertvollste, was Sie haben. Ihre biologische Leistungsmaximierung ist das Ziel

Gesundheitsmanagement - Energiemanagement

Seminar „Fit im Job“ - Modul III

- Der Weg zur Kreativität und Höchstleistung
- Die Geheimnisse ganzheitlicher Fitness
- Ein modulares System für messbar mehr Potential
- Wir machen Sie fit für den Erfolg

Gesundheitsmanagement – Energiemanagement

Seminar - „Fit im Job“ Modul III

Der Weg zu Kreativität
und Höchstleistung –
die Geheimnisse
ganzheitlicher Fitness

Sie klagen über Stress, mangelndes Wohlbefinden – und wollen etwas dagegen tun? Kein Problem – wenn Sie es wirklich wollen!

In diesem exklusiven Seminar geben wir Ihnen Tipps, wie Sie Ihre Belastbarkeit, Leistungsfähigkeit und Denkschnelligkeit steigern, Ihren Körper „tunen“ können. Erfahren Sie mehr über Körper und Geist, verstehen Sie medizinische Zusammenhänge. Wir verraten Ihnen das effektivste Programm für Menschen, die mehr leisten wollen –

ein Programm, das Ihnen Lust und Laune macht, mit Begeisterung das Richtige zu tun!

Verspüren Sie mehr inneren Antrieb, innere Power, innere Dynamik, innere Leichtigkeit, innere Lebensfreude – kurz und gut – **kehren Sie zum Normalzustand zurück!**

Denn: Unsere wichtigste Ressource ist immer noch der Mensch!
Erleben Sie geistige Lebendigkeit.

An wen richtet sich das Seminar?

- An Menschen, die ihre Eigeninitiative steigern wollen
- An alle, die nicht satt, sondern tatendurstig leben wollen
- An alle, die zukünftig (noch) mehr inneren Antrieb, innere Power, innere Dynamik, innere Leichtigkeit, innere Lebensfreude verspüren wollen

kurz und gut – an alle, die wieder in den ursprünglich körperlichen Normalzustand zurückfinden wollen!

Ziel:

Gesundheitsmanagement – Energiemanagement
Zur Stärkung der persönlichen Ressourcen.

Ihr Trainer:

Rolf Eberhardt hat **Ernährungs- und Sportwissenschaften** studiert. 1991 gründete er seine Firma Vivadynamic in Freudenstadt. Seit über 14 Jahren führt Rolf Eberhardt firmeninterne Seminare durch. Der gelernte Küchenmeister ist unter anderem erfolgreicher **Ernährungscoach**.

Mehr Informationen unter www.vivadynamic.de



Gesundheitsmanagement – Energiemanagement

Seminar - „Fit im Job“ Modul III

Der Weg zu Kreativität
und Höchstleistung –
die Geheimnisse
ganzheitlicher Fitness

In den Seminargebühren sind folgende
Checks im Wert von € 294,- enthalten!

Inhalte:

- Der Weg zur biologischen Leistungsmaximierung
- Leistungstuning und deren Zusammenhänge
- Ein modulares System

Testen und Messen

- **Bodyscan**
Analyse Körperzusammensetzung
(im Wert von € 20,- zzgl. 19% MWSt.)
- **Cardioscan**(EKG-Stressmessung)
(im Wert von € 75,- zzgl. 19% MWSt.)
- **freie Radikalenmessung**
(im Wert von € 50,- zzgl. 19% MWSt.)
- **Medo-Check**
(im Wert von € 149,- zzgl. 19% MWSt.)

Wir garantieren Ihnen extrem informative und innovaive Körperchecks..., die völlig neue Aussagen über das aktuelle Leistungs-niveau Ihres Gesamtkörpers ermöglichen.

- **Medo-Check**
Check-up und Trainingsplanung
Messung aller Hauptmuskelgruppen
Aussagekräftige Ergebnisse binnen weniger Minuten - die Grundlage für spezielle Trainingsmethoden.

Der Medo-Check

Umfassende Vergleichswerte durch Wiederholungs-
tests - Trainingserfolge werden sichtbar



Ernährungs- und Bewegungsintelligenz

- Offene Fragen aus Modul I + II
- Säure-Basenhaushalt
- Steuerung usw.

Innovative Trinkwassertechnologie

- Das Trinkwasser von Bergquellqualität
- mit natürlicher Clusterform und erhöhtem Sauerstoffgehalt
- Grundlage für eine wirkungsvolle Prävention
- Wasser, das wichtigste Lebensmittel
- auf Wunsch mit Amortisationsbeispiel



Gesundheitsmanagement – Energiemanagement

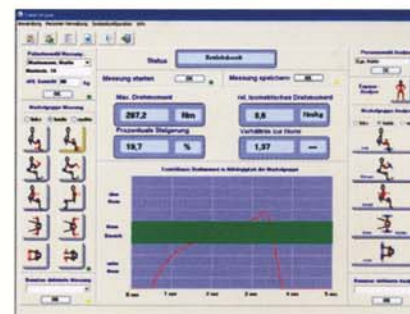
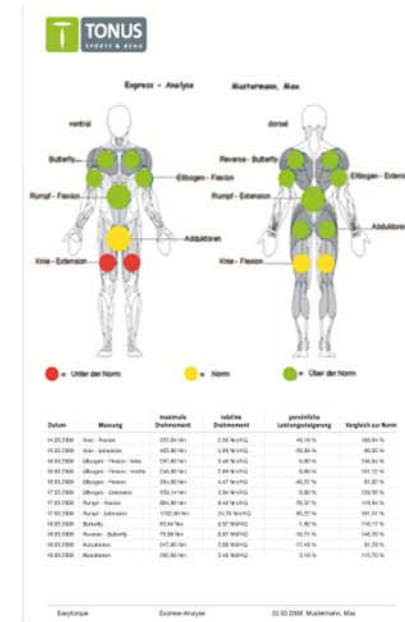
Seminar - „Fit im Job“ Modul III

Der Weg zu Kreativität und Höchstleistung – die Geheimnisse ganzheitlicher Fitness

Der Medo-Check misst binnen 30 Minuten die Kraft sämtlicher großer Muskelgruppen



- Knie-Extension und -Flexion
- Ellenbogen-Extension und -Flexion
- Rumpf-Extension und -Flexion
- Butterfly und Butterfly -Reverse
- Hüftadduktoren und -Abduktoren
- Lateralflexion



Express- und Detailanalyse
Die integrierte Expressanalyse zeigt schnell und übersichtlich die aktuellen Messwerte und dient gleichzeitig als Hand - out. Die umfangreiche Detailanalyse ermöglicht weitergehende Betrachtungsweisen und liefert die absoluten Grundlagen für Therapie und Trainingskonzepte