

Ihr Weg zu noch mehr Lebenserfolg und -qualität



Matthias Herzog

Wer kennt das nicht? Zu Beginn eines jeden Jahres hat jeder seine Guten Vorsätze. Laut einer DAK-Umfrage vom Dezember 2010 stand unter den Top 10 der Guten Vorsätze für 2011 „Stress vermeiden oder abbauen“ an erster Stelle. Ziemlich weit abgeschlagen folgte auf dem zehnten Platz der Wunsch, endlich das Rauchen aufgeben zu wollen.

Haben auch Sie sich schon Gedanken über Ihre Guten Vorsätze für 2012 gemacht? Was möchten Sie zukünftig in Ihrem Leben verbessern? Wie wäre es mit noch mehr Lebensqualität?

Genau diese Frage stellte auch Matthias Herzog beim ersten AWDplus-Seminar „HauptGEWINN LEBENSqualität“ im Dezember in Bochum und lieferte gleich



die Antworten mit. Dabei gab Herzog zahlreiche Anregungen zu den vier Säulen zu noch mehr Lebensqualität. Diese lauten: Lernen, Ernährung, Bewegung und Entspannung. Besonders begeistert waren die Teilnehmer vom Gedächtnistraining.

Was wir uns doch plötzlich alles merken können, wenn wir nur wollen? Auch die Themen „Ernährung und Bewegung“ stießen auf reges Interesse. Wie ernähre ich mich richtig, und was bringt mir die richtige Bewegung? Daneben weckten seine Ausführungen zur „Entspannung“ Riesen-Interesse. Dabei lernten die Teilnehmer unter anderem Methoden kennen, wie sich zukünftig Stress vermeiden lässt. Das Ziel: Energie auftanken - Energiefresser weg.

Auf sympathische und authentische Art gab Matthias Herzog den Teilnehmern und deren Lebenspartnern wertvolle Tipps mit auf den Weg. Mit der Vorstellung seines Bestsellers „Hauptgewinn Lebensqualität“ wurde das spannende und abwechslungsreiche Seminar abgerundet. Wer dieses Buch liest, dessen Lebensqualität soll sich laut Herzog nur binnen fünf Wochen merklich steigern. Auch Sie interessieren sich für den lohnenden Lesespaß? Dann besuchen Sie unseren Webshop und bestellen Sie das Buch zum Schnäppchenpreis.

Auch für 2012 sind weitere Seminare mit Matthias Herzog geplant. Wenn Stressabbau, gesündere Ernährung, mehr Sport, Bewegung und

Entspannung auch zu Ihren Guten Vorsätzen für 2012 gehören, dann fangen Sie doch gleich mit der Umsetzung an und melden sich zum Beispiel für die Seminare am 20. März in Raunheim/Frankfurt am Main, am 12. Juni in Hannover oder im November in Fulda an.

Mehr Informationen finden Sie in der Infothek.



Lesen Sie hier einige Feedbacks:

„Dieses Seminar sollten Sie zwingend mit dem Partner oder der Partnerin besuchen. Die Tipps und Anregungen sind für die tägliche Arbeit brauchbar und absolut Klasse.“

Detlef Heinz, Manager
Büro für AWD in Bochum

„Klasse Seminar. Die Tipps sind nicht nur für den Job, sondern auch im täglichen Leben gut anwendbar. Es ist gut, die kleinen Stellschrauben zu kennen, die das Leben verbessern und angenehm gestalten können.“

Joachim Psotta, Finanzberater
Büro für AWD in Osnabrück

„Ein tolles Seminar, wirklich sehr empfehlenswert. Es war klar gegliedert und es gab viele praktische Beispiele.“

Henri Schlachter, Finanzberater
Büro für AWD in Leer