

Gesunde Unternehmenskultur

9 Seminare für mehr Gesundheit

Infos & Anmeldung:

www.lcihtenburg.it
T 0471 057 100

Mo 25.03. - Di 26.03.2024

mit Johanna Fischer &
Fabian Untersteiner Fellin



Beyond Human Performance durch artgerechtes Leben

Freuen Sie sich auf inspirierende Einblicke und praxisnahe Tipps, die Ihr Verständnis von Gesundheit und Wohlbefinden revolutionieren werden.



Johanna Fischer

Ernährungsberaterin,
Autorin und Coach



**Fabian
Untersteiner Fellin**

Sportwissenschaftler,
Mentalcoach

Mi 24.04.2024

mit Johanna Fischer



Ernährung für Büroakrobaten und High Performer

Entdecken Sie, wie eine ausgewogene Ernährung im Berufsalltag Ihre und die Gesundheit, Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden Ihrer Mitarbeiter:innen steigern kann.

Fr 18.10.2024

mit Fabian Untersteiner Fellin



Self Leadership

Dieser Workshop ermöglicht es Ihnen, Ihr Handeln, Ihre Verantwortungsbereiche und somit den Einfluss auf das Unternehmen bewusster zu gestalten.

Fr 17.05.2024

mit Johanna Fischer &
Fabian Untersteiner Fellin



Stress meistern, Resilienz stärken

Effektives Stressmanagement im Arbeitsalltag

Mi 06.11.2024

mit Fabian Untersteiner Fellin



Haltungsförderung – Bedienungsanleitung für Ihren Körper

Steigern Sie das Wohlbefinden und die Produktivität ihrer Mitarbeiter:innen u.a. durch eine bessere Körperhaltung.

Do 06.06.2024

mit Johanna Fischer &
Fabian Untersteiner Fellin



Ihr Körper und Sie - ein starkes Team

Tauchen Sie ein in Schmerzprävention und Gesundheitsmanagement für ein kraftvolles und ausgeglichenes Leben.

Do 14.11.2024

mit Fabian Untersteiner Fellin



Haltungsförderung für körperlich Arbeitende

Beugen Sie gezielt Haltungsschäden vor und verbessern Sie Ihre Arbeitsweise durch körperfreundliche Bewegungsabläufe.

Do 26.09.2024

mit Johanna Fischer



Mission innerer Schweinehund

Eine inspirierende Reise zu persönlichem und beruflichem Wachstum. Sie lernen ihren inneren Schweinehund zu überwinden und sich langfristigen Erfolg zu sichern.

Fr 13.12.2024

mit Fabian Untersteiner Fellin



Mental Mastery - Die Kunst der mentalen Stärke

Stärken Sie Ihre mentale Resilienz: Praktische Lösungstechniken für mehr Lebensfreude und Balance im (Arbeits)Alltag