

HIER
LIEGT DAS
ERFOLGSKONZEPT
FÜR IHR

[GESCHÄFTS-]

LEBEN



YOGA GOES BUSINESS
GESUNDHEITSCOACHING

MEIN ANGEBOT

“ DIE REINSTE FORM
DES WAHNSINNS IST ES,
ALLES BEIM ÄLTEN ZU LASSEN
UND GLEICHZEITIG ZU HOFFEN,
DASS SICH ETWAS ÄNDERT. ”

Albert Einstein, 1879–1955

LEISTUNGSANGEBOTE

SEMINARE FÜR FACH- UND FÜHRUNGSKRÄFTE

SURVIVAL TECHNIKEN IN TURBULENTEN ZEITEN

- Wirksame Mini-Übungen
- In jeden Arbeits- und Reisealltag integrierbar
- Maßgeschneidert für Ihr persönliches Zeitbudget, Mindesteinsatz 3 x 3 Minuten pro Tag

TRAIN THE MANAGER (AUFBAU-SEMINAR)

- Supervision der „inneren Haltung“
- Transfer in den eigenen Führungsstil
- Mit Spaß und Leichtigkeit gesund führen!

KUNDENSPEZIFISCHE ANGEBOTE

- Stressfreier durch Change Management- und Organisationsentwicklungsprozesse durch begleitendes Gesundheits- und Mental-Coaching
- Prozessbegleitung bei der Einführung eines Gesundheitsmanagements
- Konzeptionen für besondere Zielgruppen, z.B. Fach- und Führungskräfte, Vertriebler und Vielreisende, Handwerk und Industrie
- Individual- und Gruppenangebote
Aktive Pausen am Arbeitsplatz - Yoga - Meditation
Atemtechniken - Entspannung und Stressbewältigung
Personal Training

DIPL.-ING. (FH)/BENG. (HONS)
BETRIEBSWIRTIN (VWA)
MENTAL-COACH
GESUNDHEITSMANAGERIN (TAW)
MULTIMODALE STRESSMEDIZIN
YOGALEHRER (BYV)
YOGA-THERAPEUT (BYV)
KUNDALINI YOGA (KRI)
YOGA NIDRA
KINDERYOGALEHRER (KYA)
SPIRALDYNAMIK
MENSCH (IMMER)

JANINE NAGEL



YOGA GOES BUSINESS
GESUNDHEITSCOACHING

BONNENBERGSTRASSE 18
D-45259 ESSEN

TELEFON: 0201 - 408 76 177
TELEFAX: 0201 - 408 76 178
MOBIL: 0177 - 449 74 38

JANINE.NAGEL@YOGA-COMPLETE.DE
WWW.YOGA-COMPLETE.DE
WWW.YOGA-GOES-BUSINESS.DE