

## Referent

# Gesundheitsvorsorge mit der Micro-Pause

Training für die Erfahrung des Atemgeschehens und Transfer in den Arbeitsalltag. Für eine gesunde und klare Kommunikation. Für mehr Achtsamkeit und...



## Programm-Idee

Ein locker-intensiver Trainingstag mit vielen Impulsen für die Selbstwahrnehmung. Sportlich-aktiv werden in abwechslungsreichen Einheiten Theorie und Praxis miteinander verbunden. Anschaulich erklärt Anno Lauten die Zusammenhänge von Körper und Geist, Stressfaktoren und Spannung. Im Training entdecken wir in spielerischen Übungen Möglichkeiten, mehr Souveränität und Wohlbefinden in unseren Alltag zu integrieren.







**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

## Referent

# Gesundheitsvorsorge mit der Micro-Pause

Training für die Erfahrung des Atemgeschehens und Transfer in den Arbeitsalltag. Für eine gesunde und klare Kommunikation. Für mehr Achtsamkeit und...

Paket-Nummer: 0034458

Region:		Gesamt-Deutschland
Teilnehmer:		4 - 1.000 Teilnehmer
Verfügbarkeit:		ganzjährig
Dauer:		1 Tag
Mögliche Sprachen:		Deutsch, Englisch
Preis zzgl. MwSt:		ab 2.390,00 € pauschal

## Beschreibung

Die Arbeitsbelastungen unserer modernen Berufswelt sind vielfältig. Eine der größten Herausforderungen ist es, die vielen Informationen zu verarbeiten, Entscheidungen zu treffen, zu kommunizieren, Beziehungen zu gestalten und zu pflegen, sich selbst zu organisieren... und bei alledem zufrieden und langfristig Leistungsfähig zu bleiben.

Hier setzt das Konzept der Micro-Pause an. 1000fach täglich ermöglicht uns diese kleine Zeiteinheit, bewusster mit uns selbst in Kontakt zu bleiben, unsere eigene Kompetenz wahrzunehmen und unser Potenzial gezielt zu nutzen.

**Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können**

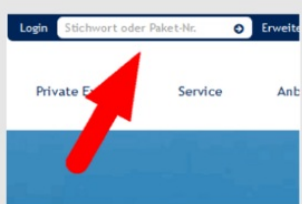
**www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0034458**

**1**



Gehen Sie zu [www.hirschfeld.de](https://www.hirschfeld.de)

**2**



Geben Sie im Suchschlitz oben rechts die Paket-Nr. ein.

**3**



Folgen Sie dem Schalter „Termin und Preis unverbindlich anfragen“

**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.