



PB Reisen

Seminare & Reisen für Ihre Gesundheit, Ihren Erfolg, für mehr Lebensfreude und Leistungsfähigkeit!

Sie dürfen hochwertigste Seminare in kleinen Gruppen erwarten.

Wir vermitteln Ihnen Gesundheits- und Entspannungstechniken, Mentaltechniken und wie Sie mehr Energie und Erfolg im Leben haben können. Original Shaolin Qi Gong, Bewusstseinsseminare, Ernährungsberatung und vieles mehr.

Um es mit den Worten von Arthur Schopenhauer einmal zuzusagen:

"Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts"

Unsere Seminare & Reisen finden in ausgewählten Medical Wellness Hotels statt und bieten Ihnen die ideale Symbiose aus Seminar, Gesundheit und Wohlbefinden. Gezielt im Urlaub und Freizeit mit einer Kombination aus Seminarprogramm, Vorsorge, Fitness und Erholung die Gesundheit festigen. Immer begleitet von ausgewählten Top Beratern.





Faszination Gehirn

Abnehmpsychologie

**Abnehmen beginnt immer im Kopf -
wo auch sonst?**

Seminar und Wohlfühlwochenende

vom 27. bis 29. April 2012 in

Ilsenburg im Harz



Seminarbeschreibung

Das Seminar ist für Menschen, denen es schwer fällt, abzunehmen , aber auch für Trainer, Berater und Coaches, die neue Methoden und Ansätze im Gesundheitscoaching kennenlernen möchten. (Für Selbständige und Freiberufler besteht die Möglichkeit, das Seminar als Weiterbildung geltend zu machen. Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie mehr Informationen hierzu wünschen.

Bekanntlich fängt Abnehmen im Kopf an. Wo auch sonst.

Obwohl jeder Abnehmwillige ganz genau weiss, was er tun müsste, um abzunehmen, wendet er sein Wissen nicht an. Diesem Phänomen werden wir nachgehen.

Oftmals wissen Menschen, die abnehmen möchten und sich deshalb an einen Ernährungsexperten wenden, mehr über Ernährung als der Experte. Allerdings ist ihnen ihr Wissen nicht nützlich.

Abnehmen ist eng verbunden mit den Dingen, die Menschen als Nahrung täglich aufnehmen. Nun gibt es Essverhalten, das beim Abnehmen hilfreich sein kann und Essverhalten, das beim Abnehmen weniger hilfreich ist.

Menschliches Verhalten wird im wesentlichen durch erlernte Programme gesteuert, die unbewusst ablaufen. Das gilt insbesondere auch für das Ernährungsverhalten. Die Tatsache, dass fast alle abnehmwilligen Menschen sich nicht so verhalten, wie sie sich gern verhalten würden, unterstreicht diese Aussage.

Wenn Menschen zu mir in die Praxis kommen, berichten sie von ihren Schwierigkeiten beim Abnehmen, in dem sie mir Beispiele dafür aufzeigen. Ihre vielen Beispiele sind oftmals Inhalte von einem einzigen Prozess. Die Beispiele können unendlich sein, der Prozess, der meinen Klienten daran hindert abzunehmen, ist immer derselbe.

In diesem Seminar beginnen wir da, wo andere Abnehmkonzepte aufhören. Sie erhalten einen Einblick in die Psychologie des Abnehmens und lernen Zusammenhänge kennen, die menschliches Verhalten generieren. Nach dem Seminar werden Sie verstehen, wie Abnehmen wirklich funktioniert.

Ihr Seminarleiter

Uwe Hampel leitete 28 Jahre einen Fitness- und Gesundheitsclub und arbeitet seit 2007 als selbständiger Gesundheitscoach in den Bereichen Stress-management, Gewichtsmanagement und Nichtrauchercoaching. Er ist zertifizierter Psychologischer Berater und ausgebildet in NLP, Hypnose und in den Systemischen Verfahren. In seinen Coachings unterstützt er Menschen, die abnehmen möchten, es aber nicht können. Er arbeitet mit Methoden, die noch relativ unbekannt sind, aber schnelle Erfolge generieren. In seiner Klientenarbeit konzentriert er sich hauptsächlich auf die unbewussten Prozess, die menschliches Verhalten im wesentlichen steuern. In den Seminaren wird er Sie mit Methoden vertraut machen, die sich in seiner langjährigen Praxis in der Veränderungsarbeit mit Klienten bereits bewährt haben.

Ihr Seminar- & Wellness-Hotel

Herzlich willkommen im 5-Sterne Hotel Landhaus "Zu den Rothen Forellen" im Harz! Das 5-Sterne-Hotel liegt im historischen Teil Ilsenburgs unmittelbar am Forellensee. Trotz moderner und komfortabler Ausstattung bleibt der historische Charakter des Hauses mit all seiner Wärme und Gemütlichkeit erhalten. Hier finden Sie eine allseits spürbare Ruhe.

Das romantische Landhaus (52 Zimmer) besticht durch seine Eleganz, ein stilvolles Ambiente und herzlichen Service. Trotz der modernen Ausstattung bleibt der historische Charakter des Hauses im Landhausstil mit all seiner Wärme und Gemütlichkeit erhalten. Das Hotel verfügt über das Gourmetrestaurant "Forellentube", ein à-la-carte-Landhausrestaurant mit Seeterrasse, Bar, Sonnenterrasse, Lift.

Die Zimmer sind individuell und geschmackvoll im komfortablen Landhausstil, mit Bad oder Dusche/WC, Föhn, Bademantel, Telefon, Kabel-TV, Internetanschluss, Minibar, Safe, Sitzgruppe, ca. 22 qm. EZ = DZ zur Alleinbenutzung. Nichtraucher- und Allergikerzimmer auf Anfrage.

Für Wellness-Liebhaber inklusive: Großzügige Sauna- und Badelandschaft mit Hallenbad, Finnischer Sauna, römischem Dampfbad, Whirlpool, Aromagrotte und Infrarot-Wärmekabine. Gegen Gebühr: Der Beauty- & Massagebereich "Forellen SPA": Massagen, Peelings, Packungen, Bädern und Gesichtsbearbeitungen.

Wellness Öffnungszeiten: Sauna täglich 15-22 Uhr, Schwimmbad und Anwendungen täglich 07-22 Uhr. Produkte: Barbor, Dermalogica.

Ihre Leistungsinhalte pro Person

2 Übernachtungen im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung im Landhaus „Zu den Rothen Forellen*****

2 x Landhaus-Genießer-Frühstück

Leihbademantel während des Aufenthaltes

Getränke aus der Minibar

Nutzung der Bade- und Saunalandschaft

2 x Tagungspauschale „Forelle Vital“

- Kaffee- & Teespezialitäten, Mineralwasser & Säfte im Pausenfoyer

- sprudelnde Vitamine

- Kaffeepause am Vormittag mit wechselnden FitSnack

- Leichtes 2-Gang Mittagessen mit großem FitSalat als Hauptgericht zur Wahl

- Kaffeepause am Nachmittag mit wechselnden FitSnacks

- Säfte & Mineralwasser im Tagungsraum

Samstag & Sonntag Seminar wie beschrieben unter der Leitung von Uwe Hampel

Ihre Investition in die persönliche Entwicklung

€ 499,- pro Person im Einzelzimmer (Andere Belegungen auf Anfrage)

Wunschleistungen:

Zusätzliche Mahlzeiten & Getränke, alle Ausgaben persönlicher Art

Mindestteilnehmerzahl 10 Personen

Maximalteilnehmerzahl 15 Personen

Ihre persönliche & individuelle Reise-Manufaktur

PB Reisen * Inhaber Peter Bradtke * Wöstefeld 8 * D-49090 Osnabrück

Fon: 0541-40703074 * Mail: info@pb-reisen.com * Web: www.pb-reisen.com