



Gut Gr. Behnkenhagen GmbH

-Fam. Ferber-

18510 Behnkendorf

Tel. 038328 – 610

Fax 038328 – 6115

e-mail: kontakt@gutshof-behnenhagen.de

www.gutshof-behnenhagen.de

### **Anti Stress Seminar oder „Raus aus der Stressfalle“**

3 Fragen an den Interessenten

- **Haben Sie oft das Gefühl, Ihr Leben ist eine Schnellstraße zwischen Wiege und Bahre?**
- **Freuen Sie sich schon am Mittwoch auf das Wochenende / leben Sie nur von Urlaub zu Urlaub?**
  - **Hat der Alltag Sie im Griff oder umgekehrt?**

Unser folgendes Angebot könnte Ihr Leben nachhaltig verändern, weil Sie wahrnehmen werden, wie Ihr Körper auf Ihre geistig-seelische Verfassung reagiert.

**‘Sie können kein erfülltes und aufrechtes Leben führen, wenn Stress Ihren Geist zerstört.’**

Sicherlich kennen SIE diverse solcher Seminare. Doch die INHALTE und ZIELE dieser 2 Tage sind anders:

- **Kein modernes Zeitmanagement**
- **Keine Entspannungstechniken**

**Sondern**

Sie lernen zu verstehen, dass **IHRE** Reaktion auf das Leben **IHRE** Wirklichkeit mitgestaltet!

#### **Inhalte des Seminars:**

- **Wie schaffe ich mir Freiräume?**
- **Veränderung der eigenen Prioritäten**
- **Wege zu einem gesünderen Denken**

**Du erntest, was Du säst.**



## Gut Gr. Behnkenhagen GmbH

-Fam. Ferber-

18510 Behnkendorf

Tel. 038328 – 610

Fax 038328 – 6115

e-mail: kontakt@gutshof-behnenhagen.de

www.gutshof-behnenhagen.de

Genießen Sie 3 Tage der Entspannung und nehmen Sie die Ruhe der umliegenden Natur in sich auf. Lernen Sie verstehen, warum Stress Ihren Alltag unerträglich werden läßt und was **SIE** dagegen unternehmen können.

**Termin: 2.10 – 05.10.08**

**Preis pro Person: 369,00 €**

Folgende Leistungen sind enthalten:

- 3x Ü/FS
- Begrüßungsgetränk
- 2x 3-Gangmenü aus Großmutter's Gutshofküche
- 1x Abendbuffet am Abschlußabend
- 2x Kaffee & Kuchen
- 1x Seminargebühr (10 Std.)
- 1x Saunabnutzung

Auf Wunsch können Sie zusätzlich buchen:

Einzelberatungsstunde	35,00 €/Person
Wellness/Kosmetikbehandlung	nach Vereinbarung

**Teilnehmerzahl: min. 8 Personen**