

TrophoTraining®

Der Joker gegen Stress

Live-online-Kurs

**Blitzentspannung mit einem
täglichen Training von
3 x 1 Minute**

10.01.2024, 24.01.2024

und 31.01.2024

18.00 – 19.30 Uhr

- Kraft schöpfen
- Abstand gewinnen
- Ausgeglichen sein
- Gelassen sein
- Regenerieren
- Stress reduzieren



Institut für
PSYCHOPÄDIE

Das TrophoTraining®...

ist das Stressbewältigungstraining, welches aus der Psychopädie heraus entwickelt wurde.

Es verhilft den Menschen zu mehr Gelassenheit und einem gesünderen und ausbalancierteren Leben.

Es ist schnell erlernt (3 x 90 min) bei geringem Trainingsaufwand (3 x 1 min) und dabei hoch wirksam.

Das TrophoTraining®...

- ist DER Joker gegen Stress
- ist der Schutzschild für Ihre Gesundheit
- hält fit und beugt Erschöpfung vor
- ist kurz, hoch wirksam und überall anwendbar
- ist wissenschaftlich untersucht und die Wirksamkeit belegt.

Rückmeldungen von Teilnehmern

- Ich bin viel gelassener.
- TrophoTraining® ist wie ein Joker gegen Stress, den ich überall dabei habe.
- Ich habe seitdem weniger Ängste und mehr Freude am Leben, traue mich auch mal nein zu sagen.
- Ich ging mit viel zu vielen Gedanken ins Bett, da hilft mir jetzt Tropho-Training®.

Kurstermine

Mittwoch, 10.01.2024, 18.00 – 19.30 Uhr

Mittwoch, 24.01.2024, 18.00 – 19.30 Uhr

Mittwoch, 31.01.2024, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort

Live-online-Kurs / Zoom

Einladungslink erfolgt per email am Tag des Kurses.

Referentin



Manuela Haas

Trainerin für
TrophoTraining®
Betriebswirtin,
psychopädische
Beraterin und Coach

**Teilnahmegebühr
140 Euro**

Anmeldung und Information

anmeldung@psychopaedie.de
Begrenzte Teilnehmerzahl!

Institut für Psychopädie

Dr. Katrin Sachse und Manuela Haas GbR
Schnorr-von-Carolsfeld-Str. 14
81927 München
Tel.: +49 (89) 606 692 79
www.institut-für-psychopaedie.de