

www.derfranzjosef.at

Gesunder Körper & Geist
Gesunde Familie & Gesellschaft
Gesunde Finanzen

Besser leben - Franz Josef Schützenhofer

FRANZJOSEF

Besser leben

Wiersdorf 11 A-8093 St. Peter am Ottersbach
+43 664 49 34 347 info@derfranzjosef.at

Guter Schlaf

Ein guter Tag beginnt mit einer guten Nacht!

Während wir schlafen erholt sich unser Organismus und baut die Leistungsfähigkeit wieder auf. Die Folgen von Schlafstörungen sind fatal! - Leistungsabfall, Kopfschmerzen, Herzrhythmusstörungen - bis hin zum Libidoverlust!

Lernen Sie, wieder richtig zu schlafen!

Burnout

Burnout ist, wenn nichts mehr geht!

Bei ständigen Höchstleistungen ohne Rücksicht auf die eigenen Grenzen riskiert man, körperlich und auch psychisch „auszubrennen“. Heilung kommt nicht von außen, sondern von innen.

Finden Sie den Weg zurück zur inneren Klarheit!

Outdoor

Mentale Stärke heißt Denkblockaden überwinden!

Der Feuerlauf - der heißeste Weg, den Sie jemals gegangen sind

Glasscherbenlauf - Ihr schärfstes Erlebnis

Trial schafft Gleichgewicht

Heavy Me(n)tal für mentale Stärke

Unter Begleitung von Profis stärken Sie Teamgeist, erleben wahre Highlights und machen scheinbar Unmögliches möglich!

Lösungen

Luft, Wasser, Nahrung, Schlaf, Erd- und Sonnenenergie

Die Lösung für vieles liegt oft im richtigen Umgang mit den Elementen und mit sich selbst. Mit dem richtigen Coach sind Sie auf der richtigen Seite - und den haben Sie gerade gefunden. Wir zeigen Ihnen die Lösung!

Der FranzJosef bietet Einzelberatungen, Gruppenseminare und Workshops.

FranzJosef - besser leben!

Vereinbaren Sie Ihren Termin unter +43 664 49 34 347