

**» Das Training
bewirkte Sammlung
und persönliche
Stärke. Ich lebe
jetzt gelassener und
gesünder, erreiche
damit viel mehr. «**

>> body

ROLFING®

Strukturelle Integration

>> body meets mind

SENSORY AWARENESS

wacher Körper – ruhiger Geist

>> body meets life

**NACHHALTIGES
ERFOLGSTRAINING**

Leichtigkeit erleben

KONTAKT

Silke Thieme
Dipl.-Wirtschaftsing. (FH),
gepr. Gesundheitsberaterin

Studio & Büro:
Cranachstraße 47
D – 99423 Weimar

+49 (0) 3643 – 49 50 999
thieme@dasstudios.de

www.dasstudios.de

© DAS STUDIO ST 1.1.1

Leichtigkeit erleben

Nachhaltiges Erfolgstraining

ist eine auf Zufriedenheit und Gelassenheit zielende Methode. Es unterstützt die Entfaltung und Erhaltung Ihrer Leistungsfähigkeit, Gesundheit und Lebensfreude.

Der Fokus der Arbeit liegt bei der individuellen Person, deren Umfeld und persönlichem Erfahrungshintergrund. Die verbindend-interdisziplinären, wie weitreichenden Ansätze des Trainings spiegeln die umfassende Ausbildung Silke Thiemes in Ökonomie, Ingenieurwesen, Gesundheitslehre und Körperarbeit sowie ihren reichen Erfahrungsschatz der Umsetzung dieses Wissens in Mangel- und Konsumgesellschaft wider.

Im Training

wird mit klaren, sinnstiftenden Worten verdeutlicht, wie heute abgegrenzte Wissens- und Erfahrungsbereiche im Lebensalltag ineinander greifen, wie sie unsere Motivation und unser tägliches Handeln tief beeinflussen. Ausgehend von einer umfassenden Situationsanalyse werden auf Gedanken- und Körperebene verbindende Sicht- und Verhaltensweisen entwickelt und eingeübt.

Für mehr Infos downloaden oder fordern Sie das Informationsblatt Nachhaltiges Erfolgstraining an.



Silke Thieme

Was kann ich erwarten?

Nachhaltiges Erfolgstraining gibt Ihnen das Gefühl Ihren Weg zu gehen. Es bewirkt eine langfristige und vielseitige Veränderung Ihrer Sichtweisen und Handlungsspielräume. Es steht für die Entwicklung von:

- authentischer Präsenz
- respektvollem Umgang mit sich selbst und gutes auf sich Achten
- tiefem Erkennen und Ausbauen Ihrer Stärken, besserem Verstehen Ihrer Kompensationsmuster
- Regeneration im Alltag durch, Ihren Zielen entsprechende, Prioritäten
- ausgeglichener Leistungsfähigkeit durch die Anwendung bewegungs-anatomischen und ernährungsphysiologischen Wissens
- Körper und Seele verbindende Denk-, Handlungs- und Bewertungsmuster

»Wissen ist das, was ich als kritischer Mensch auf Grund von Vorwissen an Informationen auswählt und in Wissen verwandelt habe.«

Prof. Hans-Peter Dürr, Träger des Alternativen Nobelpreises

Die im Training zum Einsatz kommenden Methoden beruhen auf wissenschaftlichen Forschungsergebnissen, schulmedizinischem Wissen und anerkannten Erfahrungsmethoden.