

... Sicher auf internationalem Parkett ...

4 TAGE auf Anfrage!

FIT FOR BUSINESS LUNCH



- Englisch-Training für Teilnehmer mit mittleren bis fortgeschrittenen Englischkenntnissen (i.e. intermediate, upper-intermediate level)...
- Leichte und genussvolle Basenkost zur Entsäuerung des Körpers und zur Wiederherstellung und Erhaltung der Leistungsfähigkeit...
- Wellness & SPA für Erholung und Entspannung zwischendurch...

Genießen Sie eine Woche, die Ihrer körperlichen und geistigen Fitness gewidmet ist. Verbessern Sie Ihre Englischkenntnisse und Ihr Wissen um die Gesunderhaltung Ihres Körpers. ...Und erfahren Sie, wie Sie sich wirkungsvoll vor einem Burnout schützen können!

Durch dieses einzigartige Gesundheits- und Business-Kompetenz-Training profitieren sowohl Mitarbeiter als auch ihre Chefs... eine Double-Win-Situation...

Programme



Mornings:

- General food terms
- Specific terms (nutrients, diets, intolerances)
- Vocabulary – “eating out”
- Different cultures, different business etiquette
- “Eat right for your type” – how to develop a balanced diet and how to “detox” through a special diet (e.g. base-fasting)



Afternoons:

- Discussing different diets, their advantages and disadvantages
- Explaining menus and recipes
- Role playing (host – guest, inviting to lunch and dinner, making suggestions what to do, appropriate conversation topics, etc.)
- Doing general small talk over business lunch/dinner

Seminarort:

Hotel Loipersdorf Conference & SPA, Loipersdorf

Zum **täglichen FIT-FOR-BUSINESS-Programm** gehören Informationen zu Gesundheitsthemen:



- Gesunde Ernährung am Arbeitsplatz
- Nachhaltig Abnehmen
- Darmgesundheit
- Säure-Basen-Haushalt
- Fit-Meals & Brain-Food
- sowie ein sanftes Fitness-Training und viel frische Luft zur Anregung des Stoffwechsels

TeilnehmerInnen: mind. 7 - 20 Personen

Termine für Gruppen: auf Anfrage!

Inkludierte Leistungen:

- Kompetente Begleitung und Schulung durch langjährig erfahrene Referentinnen
- Interaktives Lernen in Kleingruppen
- drei Übernachtungen im Deluxe Doppelzimmer:
€ 1.090,- zur Einzelnutzung
€ 990,- bei Doppelbelegung **...Verlängerungstage zubuchbar!**
- Morgens und abends wahlweise "Verwöhnbuffet" oder "Basische Genussmahlzeit"; Mittagssnack
- eine Tiefenentspannung in der Alpha-Liege
- hauseigener Spa-Bereich auf 3.000 m² exklusiv für Hotelgäste
- Möglichkeit zum Ernährungs-Einzelcoaching (gegen Aufpreis)



Trainerinnen:



MAG. SUSANNE ZAJIC

Dipl. Übersetzerin und Dolmetscherin

Arbeitsschwerpunkte: Sprachtrainings, Einzelcoachings im Business-Bereich

Kontakt: sd.zajic@aon.at

Tel. 0664 / 454 43 53



HEIKE BURZKI

Unternehmensberaterin, Coach, Dipl. Ernährungsberaterin

Arbeitsschwerpunkte: Ganzheitl. Ernährungs- und Gesundheitsberatung, Coaching

Kontakt: office@individia.at

www.individia.at Tel. 0664 / 358 65 45

Integrative Fortbildungswoche für KÖRPER & GEIST & SEELE ...

Einzigartig... ganzheitlich... wirkungsvoll... präventiv...

... FIT FOR BUSINESS LUNCH ...

