

NEU in Berndorf: **vidia-Zentrum** für Ganzheitliche Gesundheit- und Ernährung



AUSZEIT vom ALLTAG...

Mit der Eröffnung des **vidia-Zentrums** wird das Angebot für alle, die sich **eine kleine Auszeit vom Alltag** nehmen möchten, in **Hausmannstätten** erweitert. Nach monatelangen Umbau- und Renovierungsarbeiten hat die Begründerin des Zentrums, **Heike Burzki**, nicht nur einen Platz für ihre Beratungsfirma, die **individia-BeratungsWeise** geschaffen, sondern auch für jene, die einen geeigneten Raum für ihre Arbeit benötigen. So finden gesundheitsbewusste und bewegungsfreudige Menschen hier rund um das Thema **„Gesundheit, Ernährung & Entspannung“**, ein vielseitiges Programm. Dazu stehen mehrere Praxisräume, ein Seminar- und Bewegungsraum und eine voll ausgestattete Küche zur Verfügung. Zusätzlich zum bestehenden Kurs- und Beratungsangebot finden bereits Lehrgänge, und Workshops zu den Themen **Basische Küche, Gesunde Ernährung, Fasten, Heilkräuter, Naturkosmetik herstellen, Seifen sieden** etc., statt. Die Teilnehmer schätzen den persönlichen, entspannten Rahmen und die **freundliche Atmosphäre** sowie die **gute Erreichbarkeit**.



„Ich freue mich diesen schönen Ort in dieser freundlichen Gemeinde gefunden zu haben. Mein vielseitiger Tätigkeitsbereich, die langjährige Erfahrung hier und in der freien Wirtschaft haben meinen Beruf zur Berufung werden lassen. So darf ich Sie sehr herzlich einladen unser Programm im vidia-Zentrum kennen zu lernen. Egal ob es um Ernährung, Bewegung, Entspannung oder Körperarbeit geht, ich versichere Ihnen, die individuelle Beratung und Betreuung stehen immer im Vordergrund.“

Heike Burzki ist als **Unternehmensberaterin, Diplomierte Lebensberaterin und Ernährungsberaterin** Mitglied der Wirtschaftskammer und seit 10 Jahren selbständig. Im Laufe der Zeit kamen viele weitere Zusatzqualifikationen als **Fasten-Begleiterin, Yoga-Lehrerin, Supervisorin** und **Erwachsenenbildnerin** dazu. Mit dem eigenen Zentrum geht nun ein Traum in Erfüllung.

Angebote:***

- **Psychologische Beratung** - z.B. in schwierigen Entscheidungs- oder Lebenssituationen...
- **Ernährungsberatung** - z.B. Gesundes Abnehmen oder Ernährungsumstellung...
- **Begleitetes Fasten** – Heilfasten oder Basenfasten ...von zuhause aus...
- **vidia-YOGA** - Ein Zeitfenster für Dich – Bewegen... Innehalten... Wahrnehmen... Entspannen...
- **Wirbelsäulen-Gymnastik** - mit Yoga-Elementen ...Mobilisieren – Kräftigen – Dehnen...
- **„Aktiv am Morgen“-Workout** - Ganzkörper-Training für Kraftausdauer und Kondition...

Ab sofort besteht auch die Möglichkeit für eine wohltuende **Massage*****. Von der Klassischen bis zur Kopf-Spezial-Massage bietet **Doris Blünegger** für jeden Geschmack etwas an, ganz nach dem Motto: „Dein Körper – Dein Daheim“.

Info: www.koerperreise.at ; Terminvereinbarung: 0664 / 224 51 88



individia
BeratungsWeise

Anfragen & Informationen:
www.individia.at
+ 43 (0)664 358 65 45 oder
heike.burzki@individia.at

*** SCHNUPPER – GUTSCHEIN

1 x 60 Min. **Gymnastik- oder Yoga-Einheit**

1 x 25 Min. **Kurz – Beratungsgespräch**

1 x 25 Min. **Kopf-, Nacken- oder Fußreflex-Massage**

Einzulösen im **vidia – Zentrum**... nach vorheriger Anmeldung!