Gesund

Die Aktie Gesundheit

Gesundheit - Urlaub - Therapie & Euphorie in einem Paket

AVIVA ★★★★S make friends

„WIR GLAUBEN AN DAS NATUR-PRINZIP DER BALANCE: NUR WENN KÖRPER, GEIST, SEELE, ERNÄHRUNG UND BEWUSSTSEIN IM EINKLANG SIND, LEBT DER MENSCH SEINE VOLLE ENERGIE."

IN IHREM KÖRPER STECKT MEHR, ALS SIE HEUTE NOCH DENKEN.

Alles ist mit allem verbunden. Auch in unserem Organismus. Wie Zahnräder greifen unsere Knochen, Muskeln und Sehnen ineinander, geben uns Halt und Balance. Beinahe ohne, dass wir es bewusst wahrnehmen. Bei den meisten Menschen greift irgendwo im Körper ein Zahnrad nicht exakt in das Nächste. Die Wenigsten befinden sich in wahrer Balance.

Das Verwirrende daran: der Körper schmerzt selten dort, wo die Ursache liegt. Es gilt eben keine Feinde oder Erkrankungen zu bekämpfen, sondern die Folgen von Ungleichgewicht.

max OUTDOOR SPORTS

Inhalte & Schwerpunkte

Unser Ziel ist es, das Gesundheitsbewusstsein und die Gesundheitsförderung in Ihrer Person während Ihres Aufenthaltes zu verbessern. Krankheit kann immer entstehen, wenn einer der Bereiche, Körper, Geist, Seele und Bewusstsein, durch Stress in ein Ungleichgewicht kommt und dadurch das Immunsystem negativ beeinflusst wird.

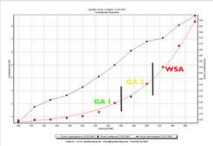
Bei Ihrem besonderen Urlaub motiviert Sie ***Maximilian Karlsböck*** & das gesamte **AVIVA Therapieteam,** wie Sie Ihr Gesundheitsdenken zu den Themen:

Allgemeine Fitness, Ausdauer, Kraft, Emotionen, Psyche, Stressmanagement, Gewichtmanagement, Schmerzbilder, Krankheitsbilder und Ernährung anders sehen lernen und dadurch Ihre Gesundheit in Einklang bringen!

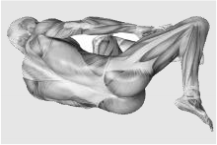
Ihre persönliche Erstanalyse:

Muskelfunktion Fußanalyse

Kinesiologie Biofeedback



Ausdauer Bewegungsanalyse Videoanalyse



Therapieplan Muskelplan Ausdauerplan

Blutbild beim Hausarzt im Vorfeld

Mögliche Schwerpunkte: Endlich schmerzfrei/Der Weg zum Wunschgewicht/Fernöstliche Bewegungsformen/Leben mit Kräuter/Faszination Pilgern/Aktie Körper/Bewegungsformen erlernen uvm.

Termine

05. - 10. Juli 2020
02 .- 07. August 2020
30. August - 04. September 2020
04. - 09. Oktober 2020
01. - 06. November 2020
29. November - 04. Dezember 2020

Die Erstanalysen finden immer am Montag statt!
Die Erfolgskontrolle finden immer am Freitag statt!

Hotel/Unterkunft/Treffpunkt

Rezeption Hotel AVIVA/OÖ
Höhenweg 1
A-4170 St. Stefan am Walde
Tel.: +43 7216 37600
www.hotel-aviva.at

Leistung/Preis

6-tägiges Gesundheitscamp
Organisation, Erstanalyse und Erfolgskontrolle, Gesundheitsplan, Betreuung durch erfahrene Trainer und Therapeuten

390,-

Hotelkosten und Zusatztherapien auf Anfrage unter www.hotel-aviva.at

Leitung

Maximilian Karlsböck und das AVIVA Team

max OUTDOOR SPORTS