

Anmeldung

Das **Fit for business** - Seminar bietet Ihnen alle wichtigen Informationen zum Thema gesund, fit und leistungsfähig leben in Kombination mit dem neu entwickelten **3 plus X** - Trainingskonzept.

Langjährige Erfahrung und wissenschaftliche Erkenntnisse aus Leistungssport, Ernährung und Psychologie - effektiv in die Praxis umgesetzt.

Ja, bitte senden Sie mir noch mehr Informationen. Natürlich ganz kostenlos und unverbindlich.

Ja, hiermit melde ich mich verbindlich an (bitte ankreuzen bzw. ausfüllen) mit

_____ Person(en) zum folgenden Seminar:

Fit for business - Seminar

Referenten: Dr. med. M. Spitzbart
Dipl. SpOec. K. Bittner

- Samstag, 15. Mai 2010
- Samstag, 17. Juli 2010
- Samstag, 04. Dezember 2010



Dr. med. Michael Spitzbart

Jahrgang 1957. Nach dem Medizinstudium in den U.S.A. spezialisierte er sich auf die präventive Medizin. Schwerpunkte sind neben der Sportmedizin und der biologischen Leistungsoptimierung die Früherkennung, Behandlung und Vermeidung von Burnout und Depression.

Dr. Spitzbart ist Träger des europäischen Literaturpreises und ein mehrfach ausgezeichnete Redner. Er gilt als einer der besten Referenten im deutschsprachigen Raum zum Thema Stressbewältigung und Burnout im Management. Seine Seminare und Vorträge demonstrieren praxisnah, wie sich neueste medizinische Erkenntnisse effektiv im Alltag umsetzen lassen.

Dipl. SpOec. Kay Bittner

Jahrgang 1961. Schon während seines Sportstudiums war er Inhaber einer Fitnessanlage und hat sich seitdem auf das Training mit Führungskräften und Managern spezialisiert.



Kay Bittner ist Inhaber und Geschäftsführer des Balance Gesundheitszentrums in Herzogenaurach und zudem seit über 10 Jahren Fitness-Manager der adidas AG. Als ehemaliger Leistungssportler sind seine Fachgebiete die Leistungsdiagnostik und das Entwickeln zeitoptimierter Trainingsprogramme. Als Schulungsleiter und Referent für zahlreiche Unternehmen tätig, gelten seine Vorträge als praxisnah, motivierend und einfach umsetzbar.



Fit for business

(Seminare zur Leistungsmaximierung 2010)
Dr. med. Spitzbart - Dipl. SpOec. Bittner

Das kombinierte Programm für körperliche und mentale Bestform

Profitieren Sie von unserem bewährten Programm und erleben Sie das tolle Gefühl körperlich und mental in Topform zu sein.

Wir zeigen Ihnen den Weg!

Fit for business - Seminarinhalte

Dauer: 1 Tag
Beginn: 07.30 Uhr, Blutentnahme
Ende: 18.30 Uhr

Referenten: Dr. med. Michael Spitzbart
Dipl. SpOec. Kay Bittner

Gebühr: 590,— EUR
(inkl. MwSt., Blutentnahme und
Verpflegung)

Ort: Hotel HerzogsPark
Beethovenstr. 6,
91074 Herzogenaurach

Risikofaktoren: Blutwerte sind sehr aussagefähig - wenn man sie denn richtig misst und interpretiert. Werden Sie selbst zum Experten. Stresshormone, Leistungshormone sowie deren Verhältnis zueinander liefern wertvolle Informationen, die bei herkömmlichen Untersuchungen verborgen bleiben.

Mentale Kraft: Sie lernen die effektivsten Entspannungstechniken kennen und anwenden. Im Handumdrehen setzen Sie die Kraft des Unterbewusstseins im Alltag ein, um Ihre Ziele ohne Anstrengung zu erreichen.

Ernährung: Mehr innere Dynamik, Kreativität und Vitalität durch die richtige Ernährung, damit Sie nach dem Essen hellwach und angriffslustig durchstarten können. Erfahren Sie alle Geheimnisse über Aminosäuren, Antioxidantien und Spurenelemente.



3 plus X - Trainingskonzept:



Trainieren Sie die wichtigen Muskelketten in Ihrem Körper mit Komplex-Übungen, einfach und überall umsetzbar.

Lernen Sie das neue, zeitoptimierte **3 plus X - Trainingskonzept** kennen - speziell entwickelt für das **Fit for business** - Seminar.

Direkt im Anschluss an den Vortrag setzen Sie das Trainingsprogramm in die Praxis um - fit werden in 15 Minuten.



Richtig starten: Trainieren ohne Atemnot, richtig Laufen nach Gefühl, neu starten nach einem harten Arbeitstag und mit einfachen Tricks den „inneren Schweinehund“ überwinden. Sie lernen die wichtigsten Regeln des richtigen Trainierens in Theorie und Praxis kennen.

Dr. Spitzbart Medical Consultants GmbH Tahi Giesinger

Eckenhaider Weg 6,
91207 Lauf a.d. Pegnitz
Telefon: 09126 / 47 30
Fax: 09123 / 98 66 80
e-Mail: giesinger@medical-consultants.de
info@medical-consultants.de
Internet: www.spitzbart.com

Mit der Kursbestätigung erhalten Sie eine Rechnung, die Sie bitte bis zwei Wochen vor Seminarbeginn begleichen. Die Übernachtungskosten sind in den Seminarpreisen nicht enthalten.

Anmeldung: Die Anmeldung zu den Seminaren muss schriftlich erfolgen. Bitte verwenden sie den beigefügten Anmeldeabschnitt.

Bestätigung der Anmeldung: Sie erhalten vor Beginn des Seminars die Bestätigung des Seminartermins sowie ein Schreiben mit allen wichtigen Informationen zum Seminarort und zur Verkehrs-anbindung.

Veranstaltungsort: Hotel HerzogsPark in Herzogenaurach

Bei einer Stornierung innerhalb von weniger als acht Tagen vor Seminarbeginn müssen wir die vollen Seminargebühren berechnen. Ersatzteilnehmer werden akzeptiert.

Bitte
freimachen

Antwort
Dr. med. Michael Spitzbart
z.Hd. Tahi Giesinger
Medical Consultants GmbH
Eckenhaider Weg 6
D—91207 Lauf

Absender / Stempel

Name

Firma

Straße

PLZ/Ort

Tel:

Fax:

E-Mail

Datum

Unterschrift