

Tägliches 10-minütiges Pilates Training 2018

Meine Mission mit dem Pilates Training ist, das Bewusstsein für tägliches Training auf allen Ebenen (Gedanken, Gefühle und Körper) für jeden zu unterstützen und zu stärken.

Nur so sind wir in der Lage, unsere täglichen Aufgaben mit Freude und Leichtigkeit zu meistern und generell MEHR GLÜCK im Leben zu erfahren.

In diesem Sinne stelle ich Euch das System meines täglichen Pilates Trainings-Programmes für dieses Jahr vor:

Es gibt täglich eine 10-minütige Trainings-Einheit für jeden Teilnehmer an meinem Pilates Unterricht, in unserer Pilates Akademie und wer das möchte, auch per whatsapp.

Ein Modul umfasst Übungen für einen Monat. Es gibt 4 Module; Ihr habt die Gelegenheit, jedes Modul 3 Mal in diesem Jahr zu durchlaufen.

Der Inhalt entspricht

- als unabdingbare Ergänzung zu den Übungen der außergewöhnlichen Pilates-Methode,
- der Idee der Universellen Geistigen Gesetzen, die genauso gültig sind und wirken, wie Gesetze der Mathematik, Physik, Chemie, etc.

Hier gilt: NUR das MITMACHEN bringt Euch weiter! Lesen alleine bringt keine Lorbeeren!

Was bekommst Du von uns?

Januar 2018:	Modul 1
Februar 2018:	Modul 1 ungerade Tage + Modul 2 gerade Tage
März 2018:	Modul 2 - gleiche Übungen wie in Modul 1 mit neuen Texten
April 2018:	Modul 2 ungerade Tage + Modul 3 gerade Tage
Mai 2018:	Modul 3 neue Übungen und neue Texte
Juni 2018:	Modul 3 ungerade Tage + Modul 4 gerade Tage
Juli 2018:	Modul 4 gleiche Übungen wie in Modul 3 mit neuen Texten
August 2018:	Modul 4 ungerade Tage + Modul 1 gerade Tage
September 2018:	Modul 1
Oktober 2018:	Modul 2
November 2018:	Modul 3
Dezember 2018:	Modul 4

Durch aktives Mitmachen erfährst Du

- a) die geniale Wirkung der Pilates-Methode auf Deinen Körper
- b) wie Du mit Pilates in immer höhere Dimensionen des Körpergefühls kommst
- c) wie das Eintauchen in die Universellen Geistigen Gesetze Dich massiv inspiriert, motiviert und nach vorne bringt. Dir mehr Glücksgefühle und Energie im Leben erfahren lässt.
- d) wie Du selbst aktiv Deine Gesundheit positiv beeinflussen kannst, durch gesundes Denken – Entscheiden – Handeln
- e) wie Du Dein Potential von „die meisten Menschen nutzen lediglich 5% ihrer Gehirnkapazität“ auf „unbegrenzte Möglichkeiten und Perspektiven!“ erhöhen kannst.
- f) Alles zusammen trainiert - Dich ausgeglichen und stark macht. Dir ungeahnte Perspektiven eröffnet.

Ein erfolgreiches und außergewöhnliches Training, das Dir VIEL MEHR Lebensqualität in allen Lebens-Bereichen gibt.

Melde Dich JETZT zum Pilates 10-Minuten Training und zum Unterricht an:

Kursangebot: <http://www.pilates-schoenbuch.de/kur.html>

Pilates Einzel~ und Zweier Unterricht mit Pilates Geräten (Reformer, Chair, etc.)

<http://www.pilates-schoenbuch.de/ger.html>

Tägliches 10-Minuten-Training per whatsapp und unsere Akademie-Internet-Seite:

60 € pro Monat; kostenlos für Unterrichts-Teilnehmer

Pilates Führerscheine: http://www.pilates-schoenbuch.de/ausb_fue.html

Pilates Zertifizierungen: http://www.pilates-schoenbuch.de/ausb_zer.html

Preise: <http://www.pilates-schoenbuch.de/pre.html>