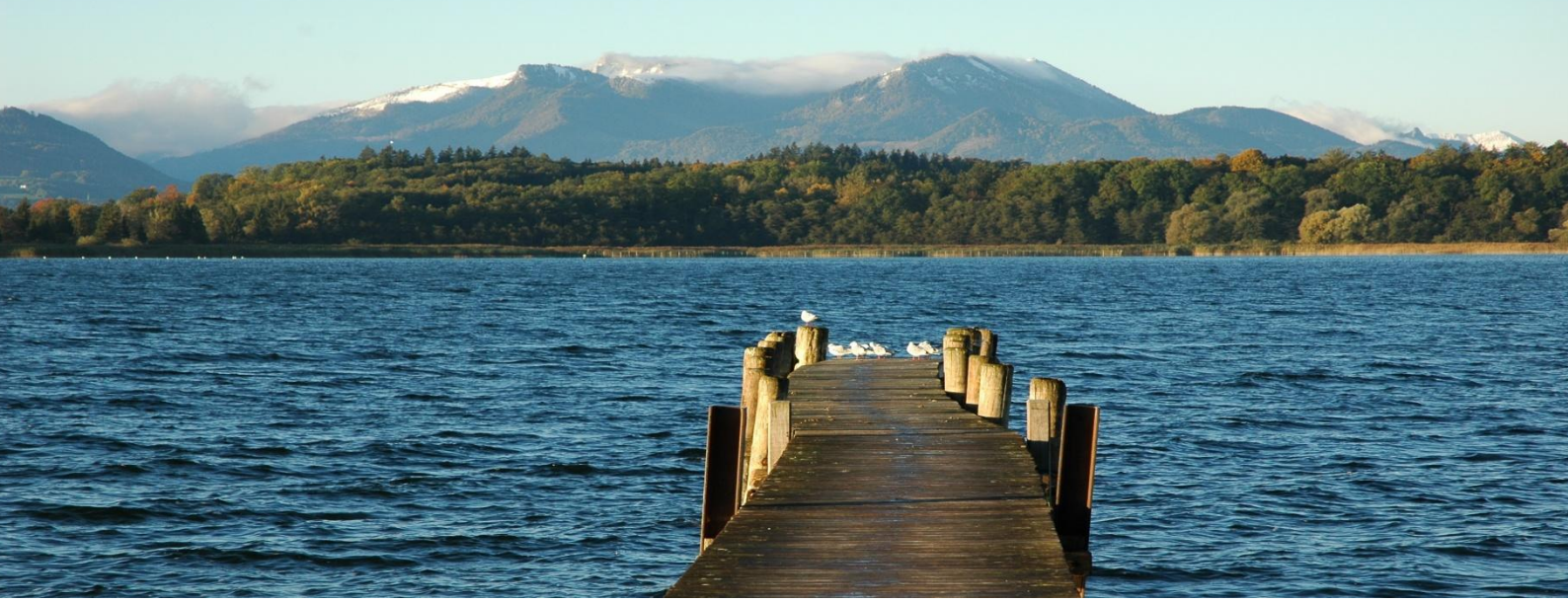
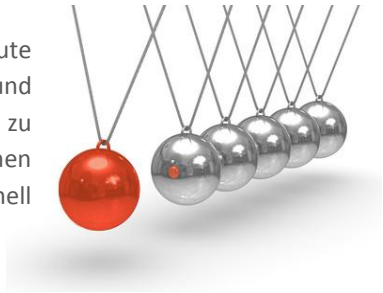


In der Kraft SEIN!

ganzheitliches Regenerations- und Präventionsprogramm

Haben Sie Zweifel daran, dass Sie Ihr Auto regelmäßig zum Kundendienst bringen müssen, damit die Fahrtüchtigkeit des Fahrzeugs und Ihre Sicherheit bestens gegeben sind? Nein, sicher nicht! Dann achten Sie mit der gleichen Selbstverständlichkeit auf Ihren Körper, Ihren Geist und Ihre Seele und gönnen sich das Innehalten und Auftanken. Sorgen Sie für sich, um gesund zu bleiben, Krankheiten vorzubeugen oder bei Stresserscheinungen und chronischen Erkrankungen die Genesung gezielt mit einen Kräften zu unterstützen.

Doch anstatt Regeneration und Stärkung anzugehen, ignorieren wir die Zeichen, die uns sagen, dass es an der Zeit ist eine Veränderung einzuleiten. Kopfweh, Sodbrennen, Schlafstörungen in der Nacht, Gedanken, die nicht aufhören und sich nicht abstellen lassen, Freizeit, die keinen Erholungswert mehr hat und Ruhe, die bedrohlich wirkt oder Erkältungen die mehrmals im Jahr angeflogen kommen, sind oft schon „Normalität“. Meist greifen wir zur schnellen Lösung, der Tablette oder dem Glas Wein mehr, anstatt den ganzheitlichen Zusammenhängen auf die Spur zu gehen und Körper, Geist und Seele wieder in Balance zu bringen.



Natürlich wissen Sie selbst, dass es viele gute Gründe gibt, am besten heute anzufangen, um vorzubeugen oder den Körper bei der Regeneration und Selbstheilung zu unterstützen. Vielleicht brauchen Sie, um in Bewegung zu kommen den richtigen **Impuls**. Lassen Sie sich von unserem ganzheitlichen Ansatz überzeugen und bei den ersten entscheidenden Schritten professionell begleiten. Wie das genau aussieht, lesen Sie auf den nächsten Seiten.

Unser Angebot vereint die neusten Erkenntnisse der Neurowissenschaften und der Psycho-Neuroimmunologie mit dem alten Wissen der Schamanen und der Quantenheilung, zudem werden sie ärztlich begleitet. Das Programm wurde auf der Basis des Konzepts von Dr. David Perlmutter (Neurologe) und Alberto Villoldo (Schamane, Medizinanthropologe) "Power up your Brain" weiterentwickelt.

In einem **Impulswochenende** oder einem **7-tägigen Intensivprogramm** erleben Sie alle Elemente, die Sie in Ihre Kraft bringen und der Gesunderhaltung und Prävention dienen.

Die 6 Säulen des Programms

1. Funktionale Medizin

- Laboruntersuchungen,
  um alle wichtigen Indikatoren ihrer Zellgesundheit und des Stoffwechsels zu überprüfen und damit das Programm individuell anzupassen.
- ärztliche Beratung
- abgestimmte Gabe von Glutathion und Nahrungsergänzungsmitteln

Die wichtigste Aufgabe von Glutathion ist, Reaktive Sauerstoff-Spezies (ROS) unschädlich zu machen. ROS können Zellschädigung verursachen und die Entstehung von Krankheiten fördern. Darüber hinaus unterstützt es die Immunabwehr und es soll die Kontrolle der Zellteilung fördern, was bei Krebserkrankungen eine Stellgröße ist. Insgesamt ist es ein wesentlicher Baustein der Mitochondrien-Therapie. Nach derzeitiger Datenlage wird die Optimierung des Glutathion-Haushaltes als Baustein in der Prävention von Alterskrankheiten empfohlen, insbesondere bei Arteriosklerose, Bluthochdruck, Hypercholesterolämie und Rheuma.

Die zusätzliche Einnahme einer speziellen Nahrungsergänzungsmittel-Kombination aktiviert die körpereigene Bildung des Proteins Nrf2. Dieses sorgt für die Produktion der wichtigsten körpereigenen Antioxidantien und Entgiftungsenzyme.

Durch dieses Konzept optimieren Sie die biochemischen Prozesse in Ihrem Körper und die Basis für die Zellgesundheit wird hergestellt. Die Kombination mit den anderen Säulen bringt Sie in Ihre Kraft!

2. Ernährungsanpassung

- Ernährungsempfehlungen für insgesamt 5 Wochen

3. Körperliche Bewegung

- leichtes Ausdauer- und Bewegungstraining

4. Selbstwirksamkeit und Selbststeuerung

- Steigerung der Selbstwirksamkeit durch Einzel- / Gruppencoaching
  - nach der PEP-Methode (prozessorientierte-embodimentfokussierte Psychologie)
  - mittels Aufstellungsarbeit
  - durch Quantenheilung

5. Meditation

- freie und geführte Meditationsübungen

6. Schamanische Arbeit

- schamanische Übungen
- Schamanische Sitzungen im Einzel- / Gruppensetting

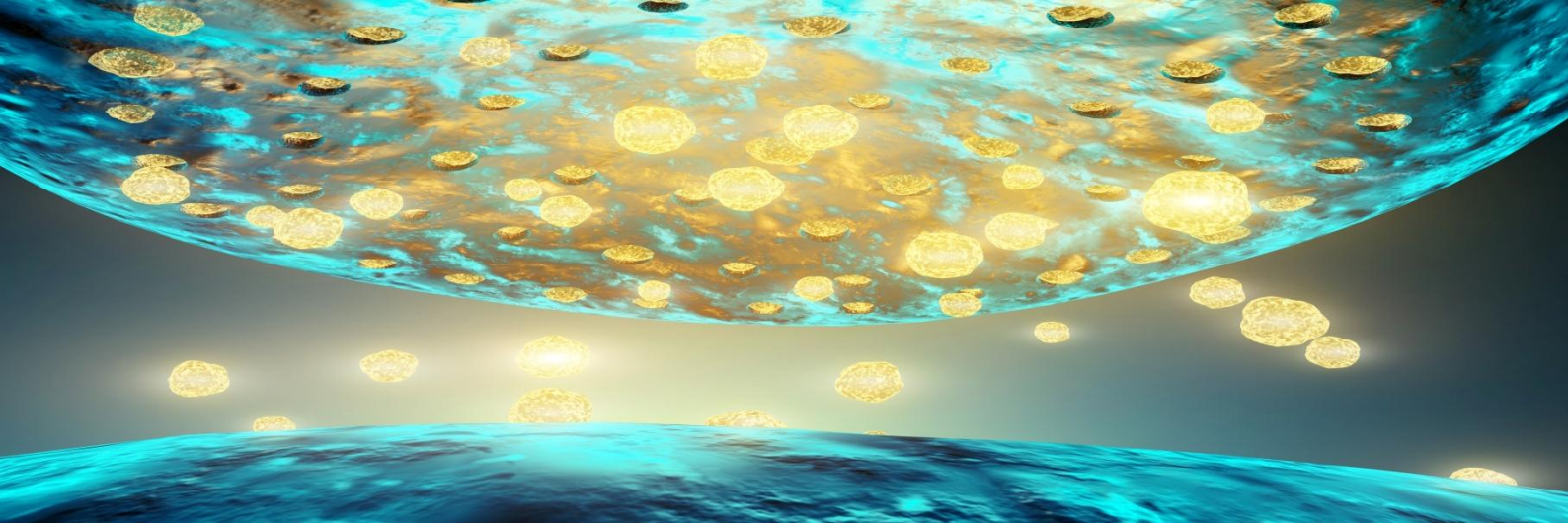


Bild einer Synapse

Das ist IHR Programm, wenn Sie….

- …. beruflich und/ oder privat dauerhaft Hochleistungen erbringen
- …. deutliche Stressreaktionen verspüren
- …. in der Erholungsphase nach einer Erkrankung sind
- …. chronische Erkrankungen haben, für die eine Stärkung des Immunsystems und des Zellstoffwechsels wichtig ist
- …. Alterserkrankungen vorbeugen wollen
- …. Prävention betreiben wollen
- …. wieder in Ihrer Mitte und in Ihrer Kraft SEIN wollen

Darüber hinaus braucht es Ihre Bereitschaft sich **JETZT** auf eine Veränderung einzulassen, damit sich die Wirkung entfalten kann.

Das **Impulswochenende** verhilft Ihnen zum gelungenen Start. Sie erlernen und erleben die Bestandteile des multifaktoriellen Programms, erfahren mehr über die Hintergründe und Wirkweisen. Sie führen Übungen durch, lernen Entspannungsmethoden kennen und üben sich in Meditation. Sie werden in die Lage versetzt, Ihre Selbstwirksamkeit zu erhöhen. Es geht auch darum Muster zu erkennen, die einen „krank“ machen und mit gesunden Verhaltensweisen zu ersetzen.
Laborbefunde sind die Basis für die individuelle Anpassung der Glutathiongabe und der Nahrungsergänzung. Sie erhalten eine Liste der Parameter, die erhoben werden sollen. Zur Orientierung können wir Ihnen die Preisliste unseres Kooperationslabors zusenden.
Sie bekommen Glutathion-Injektionen und die passenden Nahrungsergänzungsmittel. Damit werden Sie für insgesamt 10 Tage versorgt, auf Wunsch auch länger. Nachdem Glutathion und die Ergänzungsmittel z.T. Lieferzeiten von über eine Wochen haben, braucht es für die Disposition eine rechtzeitige Anmeldung. *)
Beim Impulswochenende liegt der Fokus auf der Gruppenarbeit. Es werden schamanische Übungen gemeinsam durchgeführt, jedoch keine Gruppen- oder Einzelsitzungen mit Dr. Rheinbay.
Die Wochenendveranstaltung kann auch ohne Glutathion und Nahrungsergänzung gebucht werden, um ein paar Tage Auszeit zu nehmen, das Konzept kennenzulernen und sich ein wertvolles Wochenende für die Gesundheit und das Wohlbefinden zu gönnen.

Im **7-tägigen Intensivprogramm** sind zusätzlich Einzelcoachings sowie schamanische Gruppen- und Einzelsitzungen enthalten. Die Teilnehmer übernachten im Seminarhaus, dadurch entsteht eine noch größere Intensität.

**) Die ärztliche Leistung kann teilweise über die Krankenkasse abgerechnet werden. Für weitergehenden Leistungen werden moderate Gebühren erhoben. Die Nahrungsergänzungsmittel werden separat berechnet, da sie nach Bedarf des einzelnen Teilnehmer differieren kann.*

Termine & Kosten

Impulswochenende	Fr 18.00 - 21.00 Uhr, Sa 10.00 - 18.00 Uhr, So 10.00 - 16.00 Uhr
Kursgebühr	**595 EUR** zzgl. MWSt. inkl. Pausen und Mittagsverpflegung
Termine	**21.-23.10.2011, Nürnberg**
	weitere Termine fortlaufend, fragen Sie einfach an
Orte	Nürnberg, Raum München sowie auf Anfrage
7-tägiges Intensivprogramm	Beginn Sonntag 16.00 Uhr, Ende Samstag 15.00 Uhr
Kursgebühr	**1950 EUR** zzgl. MWSt.
	zzgl . Übernachtung und Vollpension zwischen 65 und 80 EUR.
nächster Termin	**06.-12.11.2011**
Ort	Seminarhaus in Oberbayern

Das Team

Das Powerteam begleitet Sie auf Ihrem Weg zur mehr Energie, Kraft, Ausgeglichenheit, körperlicher, seelischer und geistiger Gesundheit.

Olga Bujanowskaja ist Fachärztin für Allgemeinmedizin, mit Weiterbildung in Psychosomatik. Sie arbeitet in eigener Praxis in Nürnberg und übernimmt die medizinische Betreuung und Beratung in allen Veranstaltungen.
Roswitha Maria Früchtl ist Expertin für Veränderungen. Sie arbeitet mit Unternehmen und Einzelnen mit energetischen, systemischen und betriebswirtschaftlichen Ansätzen. Sie leitet verschiedene Weiterbildungen, z.B. Businesscoach, Gesundheits-, Demografiebeauftrager und Quantum-Performance. Mehr finden Sie unter www.iperform.de.
Dr. Barbara Rheinbay ist Schamanin, Politik- und Kommunikationswissenschaftlerin. Sie bietet spirituelle Persönlichkeitsentwicklung, schamanische Ausbildungen und Marketingberatung an. www.lichtplaetze.de. Im 7-tägigen Intensivkurs führt sie die schamanischen Gruppen- und Einzelsitzungen.

Roswitha Maria Früchtl hat die hat die Kursleitung und Organisation für diese Veranstaltungen. Sie ist Ansprechpartnerin für Ihre Fragen und unter 0176 10316263 oder info@iperform.de zu erreichen.

Olga Bujanowskaja

Roswitha Maria Früchtl

Dr. Barbara Rheinbay

iPerform
Performance Consulting & Coaching

Roswitha Maria Früchtl | Ziegelwiesenstr. 13 | 91077 Neunkirchen
Tel 09134 995906 | Fax 09134 995905| mobil 0176 10316263
info@iperform.de| www.iperform.de

Anmeldung FAX 09134 995905 / info@iperform.de

Hiermit melde ich mit verbindlich zu folgendem Programm an:

Impulswochenende

Fr 16.00 - So 16.00 Uhr **Termin** **21.10.-23.10.2011**
Kursgebühr **595 EUR** zzgl. MWSt.
Ort Raum Nürnberg

Ich nehme teil,
ohne Glutathion und Nahrungsergänzung ❑

Ich nehme am Komplettprogramm teil,
mit Gluthation und Nahrungsergänzung.* ❑

7 Tage Intensiv-Programm

So 16.00 - Sa 15.00 Uhr **Termin** **06.10.-12.11.2011**
Kursgebühr **1950 EUR** zzgl. MWSt.
Ort Seminarhaus in Oberbayern

Ich nehme am Komplettprogramm teil,
mit Gluthation und Nahrungsergänzung.* ❑

Name	Vorname
Straße	PLZ, Ort
Firma	Position
Telefon	E-Mail
Beruf	
	Datum, Unterschrift

Zahlungsvereinbarung
Die Kursgebühr ist **vor der Veranstaltung zu zahlen**. Gültig ist die Zahlungsfrist der Rechnung. Kosten für Übernachtung und Vollpension beim 7-tägigen Intensivkurs werden vor Ort entrichtet. Die funktionale Medizin wird separat berechnet.

Stornierung
Bei schriftlichem Rücktritt bis 21 Tage vor Seminarbeginn wird die Kursgebühr unter Einbehaltung einer Bearbeitungs- und Umbuchungsgebühr von 20,- Euro erstattet, danach ist die volle Kursgebühr fällig – oder Sie stellen eine Ersatzperson. Bei Nichterscheinen ist ebenfalls die volle Kursgebühr fällig. Minimieren Sie Ihr Risiko durch eine Rücktrittsversicherung, z.B. bei der Europäischen (ERV). Muss eine Veranstaltung aus Gründen, die die Veranstalterin zu vertreten hat, ausfallen, werden geleistete Zahlungen in voller Höhe zurückerstattet. Weitere Ansprüche bestehen nicht.

Haftungsausschluss
Jeder Teilnehmer entscheidet, inwieweit er sich auf die angebotenen Prozesse einlässt und ist für sich selbst verantwortlich. Für Schäden an Eigentum und Gesundheit haftet der Veranstalter nicht. Der Teilnehmer verpflichtet sich, alle von uns gegebenen Hinweise zu beachten. Bei ärztlicher Dauerbehandlung, wegen körperlicher oder psychischer Erkrankungen, bitte Bescheinigung des behandelnden Arztes über Teilnahmefähigkeit vorlegen. Bitte bedenken Sie: Unsere Kurse sind Wissensvermittlung und Selbsterfahrung in unterschiedlicher Tiefe, aber keine Therapie!

iPerform
Performance Consulting & Coaching

Roswitha Maria Früchtl | Ziegelwiesenstr. 13 | 91077 Neunkirchen
Tel 09134 995906 | Fax 09134 995905| mobil 0176 10316263
info@iperform. de| www.iperform.de