

DANKE FÜR DAS TOLLE GEMEINSAME PILATES TRAINING IN 2017!

Pilates Schönbuch Holzgerlingen Gruppen-Training 2017

UNSERE JÜNGSTEN ERFOLGE

Unsere Ziele, die wir mit Pilates erreichen wollen, sind viel klarer; das Training dadurch wesentlich intensiver geworden.

Knieschmerzen und Rückenschmerzen vorbei.

Körpergröße 1-2 cm wieder länger.

Fusszehen (Hallux) verbessert.

Bessere innere und äussere Haltung durch stärkere gesamtMuskulatur, verbesserte Balance, Schulterhaltung, erhöhte Willensstärke (man erreicht alles was man WILL).

Die Macht des Mentaltrainings erkannt.

Vom Einsteiger-Level auf Profi-Level gestiegen und insgesamt ist es uns gelungen, in eine neue Dimension von Pilates zu gelangen!

WIR HABEN WIEDER SEHR VIEL BEWEGT

Wir haben wieder richtig viel zusammen trainiert. Um uns nochmals bewusst zu machen, was wir alles im Training gemacht haben, liste ich es Euch hier gerne auf – das sollte Euch richtig Stolz machen.

Allgemeines Thema in 2017 „Körperbewusstsein – Der Körper ist Ausdruck unseres Charakters – Vollwertig in das Neue Jahr!“

Schauen wir mal genauer rein!

Wir haben ein Verständnis dafür aufgebaut, wie die Körperstruktur mit dem Charakter zusammenhängt.

Wir initiierten ein Ritual, um uns stets bewusst zu machen, WAS wir trainieren wollen (ein Ziel / ein Ideal mit einem starken JA-Gefühl). Mit regelmäßigem Training stellte sich Schritt für Schritt der Erfolg ein. Das gibt uns ein gutes Gefühl und motiviert uns – gibt uns Energie.

Eigene Grenzen weiter respektiert, unabhängig von der Umgebung

Es kommt immer drauf an, woher einer kommt und wohin einer geht. Jeder ist ein Unikat und hat individuelle Aufgaben und Ziele.

Universelle (kosmische / hermetische) Gesetze haben wir uns angeschaut und beleuchtet

Diese Gesetze wirken wie die Gesetze der Physik, Biochemie, Mathematik, etc. Sie helfen uns, in Harmonie und gesund zu bleiben.

Wir trainieren, was uns VOLLWERTIG macht

Ein klares Bild von dem, was wir WOLLEN: Bild der Gesundheit in allen Körpersystemen, Sinnen, Fähigkeiten, Beziehungen, Charaktereigenschaften und einem Verständnis darüber, dass es IMMER Welten über uns, unter uns, neben uns, vor und hinter uns liegen. Wir haben eine Idee davon entwickelt was UNSER POTENTIAL ist.

Wir haben uns die stärksten Kräfte bewusstgemacht

Dankbarkeit und Liebe mit entsprechenden Gedanken und Bildern sind die stärksten Kräfte, die wir zur Verfügung haben. Das bauen wir ja permanent in das Training mit ein.

Wir wissen jetzt, was uns am Erfolg hindert

Unglaube, Kritiksucht, Zweifel, Lustlosigkeit, nicht ins TUN kommen.

**Die hohe Kunst MEHR aus
Deinem Leben zu machen**

Kontakt und Anmeldung:

Wolfgang Banzhaf
Alemannenstr. 24
71088 Holzgerlingen

Mobil / whatsapp: 01631612982
Telefon: 07031 602620

pilates-schoenbuch@online.de
www.pilates-schoenbuch.de

Ihr habt ein Formular mit Beispiel für die Augen bekommen, wie Ihr Eure körperlichen Ziele a) konkretisieren b) mental bearbeiten c) trainieren könnt

Ein klares Bild von dem erarbeiten, was man eigentlich WILL ist der wichtigste Schritt zum Erfolg!

Das Training mit musikalischen Rhythmen und den Umlauten A, E, I, O, U

Unsere Harmonie und Stimmung haben wir mit Rhythmen und Umlauten positiv beeinflusst. Und dabei gelernt, dass jedes Organ seine eigene Schwingung hat.

Wir haben zwischendurch unseren aktuellen Status im Vergleich mit der Ausgangslage bewusstgemacht

Bewusstes Hinschauen auf die Ausgangslage im Vergleich zum aktuellen Status hilft uns a) uns gut und stolz zu fühlen b) motiviert und inspiriert es uns weiter oder noch besser zu trainieren.

Unser hohes Ziel von der Anfängerstufe auf die Profi Stufe ist uns super gelungen

Unser zusätzliches Mentaltraining hat deutlich gemacht, wieviel Kraft und Macht es hat und uns noch wesentlich weiterbringt.

Ein großes Kompliment an Euch alle, die Ihr eine so tolle Stufe erreicht und so engagiert mitgemacht habt.

„Ohne Ziel, kein Erfolg > kein gutes Gefühl!

Stets auf SEIN Ziel fokussiert bleiben!

Universelle Gesetze verstehen, anwenden!

Stets an unserem Potential arbeiten!

Bleib‘ immer authentisch!

Ein Meister ist, der ständig trainiert!“

– Eva

WIE GEHT ES WEITER?

Wenn Dir das Training gut getan hat, Dir gefallen hat, Du Deine weiteren Erfolge durch das Training mit uns teilen möchtest, weitere Wünsche und Anregungen hast, freuen wir uns MEGA auf Dein Feedback. Schreibe uns einfach eine email dazu! an pilates-schoenbuch@online.de

Als weiteres Dankeschön verschenken wir jedem Teilnehmer 2017 zwei Gutscheine im Wert von 15 € plus 65 € zum Verschenken: über eine Gruppentrainings~, und eine Gerätetrainings-Einheit. Ist das ein weiterer Grund zum Feiern?

Die Termine für das kommende Jahr 2018 stehen bereits fest und wir freuen uns sehr über Deine Anmeldung über unsere Internetseite http://www.pilates-schoenbuch.de/kur_anm_2018.html

! 20% Bonus für Buchung von Jan-Dez 2018 – Anmeldung bis spätestens 18- Dez. 2017 !

So können wir weiterhin an unserem ungeahnten Potential arbeiten und es Schritt für Schritt erobern!
Wir sind die, die unser Glück selbst in die Hand nehmen!

Nochmals ganz herzlichen Dank für das tolle Mitmachen von
Eva und Wolfgang