
2 TAGE | AUSZEIT

Der ganz private Health-Check

Burnout oder Krankheit?

Nein, danke!

Der Wegweiser zu Gesundheit und
Leistungsfähigkeit



2 TAGE AUSZEIT

Wer soll teilnehmen

Alle, die ihre Gesundheit, Vitalität und Leistungsfähigkeit messen und auch in schwierigen Zeiten erhalten oder wiedergewinnen wollen.

Wo kann ich meinen Auszeit-Scan machen?

- In Klagenfurt am Wörthersee
- in Bad Kleinkirchheim
- bei Kooperationspartnern in der Steiermark od. Niederösterreich

Termine - individuell buchbar

Dauer - 2 Tage

Referenten | Kursleitung

Dr. Waltraud Bitterlich
Stressmedizinerin und Psychiaterin
Dott. Cesare Lino
Trainer für Stressabbau & Achtsamkeit
Mag. Kurt Lackenbacher, MBA
sanochron GF, Programmleitung



Waltraud Bitterlich



Cesare Lino



Kurt Lackenbacher

Kosten

€ 1.080,- p. P., inkl. MWSt.

€ 900,- exkl. MWSt.

Inkl. 360° Scan, Individual-Analyse
Diagnostik, Übungen, Coaching

Hotel ab € 195,- pro Person

für 2 Tage Übernachtung im 3, 4 od. 5* Hotel

Anmeldungen und weitere Infos

office@sanochron.com oder +43 660 4677802

Frau Mag. Susanne Ruhdorfer



Mit diesem QR-Code gehts zu den Terminen und zur Anmeldung

TIME-OUT DAYS

Der individuelle Check-Up

Burnout oder Krankheit? Nein, danke!

2 DAYS THAT REALLY HELP

2 ganz private Auszeit-Tage, die dein Leben verbessern können: inkl. 360°-Health-Scan, Individual-Analyse, Impulsen, Übungen, Coachings, Lösungsstrategien und viel Auszeit. Ziel ist die Förderung oder Wiederherstellung persönlicher Gesundheit, Vitalität und Leistungsressourcen.

WHY A TIME-OUT?

Immer mehr Menschen leiden unter Dauerstress, Sorgen und Ängsten und stehen kurz vor einem Burnout. Damit einher geht oft der Verlust des eigenen Handlungsspielraums, der sozialen Verankerung, der wirtschaftlichen Existenz und der Lebensfreude.

Burnout oder Krankheit? Nein danke! In nur 2 Tagen schaffen wir für dich einen Wegweiser, um auch in schwierigen Zeiten zu bestehen.

- Exklusive Individual- und Vitalparameter-Analysen liefern präzise Diagnosen deiner Gesundheit und Lebensführung
- Gemeinsam erarbeiten wir Lösungsstrategien, die wirklich zu dir passen

WHAT IS INCLUDED?

- Ein kompletter Body | Mind | Soul | Scan
- Eine 360°-Individual-Analyse
- Impluse, Übungen und Best-Practice
- Arztgespräche und individuelles Coaching (Personal | Mental | Business)
- Viel persönliche Auszeit für Entspannung, Bewegung und Reflexion in perfekter Umgebung

