

INSPIRATION TIL AT MÆRKE MERE ENERGI OG KREATIVITET

WWW.ANNESKOVHANSEN.DK



HVAD TILBYDER JEG?

**Et indblik i, hvordan krop og
hjerne kan sparke gang i
energien og kreativitet**

På en enkel måde kan jeg give jer et indblik i hvordan vi kan skabe energi, kreativitet, glæde og begejstring hos os selv. Med en bevidsthed om, at det ikke kun påvirker os selv, men også vores kollegaer i en positiv retning.

**ET OPLÆG PÅ 75 MIN, -DER
GIVER ET KORT INDBLIK I
FØLGENDE:**

- HVORDAN KROP OG HJERNE FUNGERER I SAMSPIL MED HINANDEN, NÅR DER ER BALANCE
- HVORDAN VI MED EN KORT PAUSE, KAN KOMMER NED I KROPPEN OG GIVE HJERNEN EN PAUSE TIL AT PRODUCERE NY ENERGI
- HVORDAN SMÅ ØVELSER, SOM JEG GUIDER OG VISER JER, SKABER BALANCE TIL AT FRIGIVE MERE ENERGI OG KREATIVITET.

HVORDAN ?



KONTAKT

Anne Skov-Hansen

MAIL:

BODYMINDCOOPERATION@GMAIL.COM

TELEFON:

6012 9414

HJEMMESIDE:

WWW.ANNESKOVHANSEN.DK

