

## Paket 4: MIDLIFE ENERGY

Das Power-Paket für Menschen in der Lebensmitte im Überblick:

Prägnante Standortbestimmung und Perspektiventwicklung für die zweite Lebenshälfte.

### NEURODIAGNOSTIK UND PROGRAMM

- Neurodiagnostik nach modernsten wissenschaftlichen Erkenntnissen
- Kardiologische und sportärztliche Check-ups
- Besprechung der Ergebnisse und der vorgeschlagenen Massnahmen
- Neurostimulation und Neuromodulation, abgestimmt auf die persönlichen Bedürfnisse
- Abschlussberatung: je nach Bedarf zu schul- oder komplementärmedizinischen Fragen, Prävention, Ernährung, Fitness

### COACHING

- Situationsanalyse und Selbstreflexion, konkrete Zielsetzung
- Entwicklungs- und Veränderungsprozess einleiten
- Self- und Ressourcen-Management

### → Spezial-Fokus des Power-Pakets MIDLIFE ENERGY:

- Standortbestimmung und Ausblick
- Umdenken und Veränderungsmanagement
- Ganzheitliche Gesundheit

### AUFENTHALT, WELLNESS UND OUTDOOR

- 5 Übernachtungen im Waldhaus Flims, inkl. Waldhaus Frühstücksbuffet
- Nutzung der Wellness-Oase delight spa & beauty
- Resort-Dining, vielfältige kulinarische Erlebnisse in Waldhaus-Restaurants und Bars

### → Speziell Speziell im Power-Paket MIDLIFE ENERGY:

- 1 Floating Experience
- 1 Thai-Yoga-Massage
- 1 Tujetsch-Behandlung (Massage)
- 2 Personal-Walks in der inspirierenden Natur und Bergwelt
- 2 Fitness-Einheiten mit Personal Trainer

Gerne beraten wir Sie umfassend und erstellen Ihnen ein persönliches Angebot.

Nehmen Sie [KONTAKT](#) mit uns auf.