



Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien

Robert Egger

 **Download**

 **Online Lesen**

Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien Robert Egger

 [Download Die Shaolin-Formel \(inkl. DVD\): Mehr Energie, Vitalität ...pdf](#)

 [Online Lesen Die Shaolin-Formel \(inkl. DVD\): Mehr Energie, Vitalität ...pdf](#)

Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien

Robert Egger

Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien Robert Egger

Downloaden und kostenlos lesen Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien Robert Egger

256 Seiten

Kurzbeschreibung

Die Verbindung von authentischer Shaolin-Weisheit und medizinischer Forschung

Energie und Lebensfreude statt Stress und Rückenschmerzen! Modernste wissenschaftliche Forschungen zeigen: Die seit Jahrtausenden von den Shaolin-Mönchen praktizierte Urform des Qigong (das sog. Yi Jin Jing) ist deshalb so effektiv, weil es direkt auf die Faszien – das Bindegewebe – einwirkt. Dies ermöglicht u. a. eine optimale Sättigung des Körpers mit Sauerstoff sowie eine vermehrte Ausschüttung von Glückshormonen.

Robert Egger, Sonderbevollmächtigter des Shaolin-Klosters, erschließt die lang geheim gehaltene Kraftquelle der Mönche und präsentiert ein Trainingsprogramm für Menschen jeden Alters und jeder körperlichen Konstitution. Stress wird abgebaut, körperliche Verspannungen werden gelöst, und das Leben fühlt sich so an, wie es sich – auch nach Buddhas Aussage – eigentlich immer anfühlen sollte: glücklich, leicht und voller Energie.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Robert Egger ist diplomierter Shaolin Qi Gong-Lehrtrainer und bildete bereits Tausende Teilnehmer erfolgreich in dieser Methode aus. Seine Heiligkeit Abt Shi Yong Xin beauftragte und autorisierte ihn 2003 mit einer Sondervollmacht des Shaolin-Tempels in China, als Vorstand des gemeinnützigen Vereins Shaolin Österreich authentisches Shaolin-Wissen weiterzugeben.

Als erfolgreicher Management-Trainer berät Robert Egger zahlreiche Unternehmen und Organisationen in der Shaolin-Philosophie. Die damit erreichbare Effizienz und Effektivität verbessert besonders Management- und Führungsfertigkeiten sowie die Leistungsfähigkeit und Persönlichkeitsentwicklung von Mitarbeitern und Führungskräften. Darüber hinaus ist Robert Egger national und international als gefragter Key-Note-Speaker und Berater für Wirtschaft und Politik tätig, zudem ist er Vorstand der Akademie des Senats der Wirtschaft, Österreich.

Download and Read Online Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien Robert Egger #0XM7YVITO15

Lesen Sie Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien von Robert Egger für online ebook Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien von Robert Egger Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien von Robert Egger Bücher online zu lesen. Online Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien von Robert Egger ebook PDF herunterladen Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien von Robert Egger Doc Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien von Robert Egger Mobipocket Die Shaolin-Formel (inkl. DVD): Mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude - das Trainingsprogramm für die Faszien von Robert Egger EPub