

Boka en föreläsning om hälsa & energi med Cecilia Belin



GET HIGH
ON LIFE!

Foto Max Brouwers

Kom i toppform, lär dig mer om din hälsa. Maten, motionen och återhämtningen som håller dig frisk, pigg och ung!

Föreläsningens innehåll

- * Du disponerar kanske mer än 70 procent av dina hälsoresurser –så välj en livsstil som håller!
- * Föreläsningen är en riktig energihöjare och ökar motivationen för en aktivare och sundare livsstil för dig och dina medarbetare.
- * Jag delger de senaste i forskningen om hur du förbättrar din hälsa och ökar din energinivå.

I min yrkesroll som hälsocoach, fysioterapeut och yogalärare har jag länge varit intresserad av hur kosten, motionen och återhämtning påverkar vårt välmående och håller oss friska. Jag följer med intresse den internationella vetenskapliga diskussionen om sambandet mellan livsstil och hälsa.

Boka hälsoföreläsningen!
Och komplettera gärna med efterföljande individuell hälsocoaching.

Cecilia Belin

Fysioterapeut, hälsocoach,
yoga- & mindfulnesslärare

www.ceciliabelin.se
cecilia@ceciliabelin.se
+46 (0)708 710550
Instagram: Cecilia.Belin
Facebook: Cecilia Belin AB

FÖRELÄSNING
& COACHING KAN
ÄVEN GÖRAS ONLINE!

