



Osnabrück, im November 2020

Liebes Feminin Aktiv Mitglied,

Wir müssen dir leider mitteilen: **Der zweite Lockdown wurde verlängert, das Studio muss noch einige Zeit geschlossen bleiben.** (Alle Infos dazu findest du auf Facebook oder unserer Homepage)

Die nächsten Wochen werden nicht leicht! Umso mehr Anerkennung haben wir für jeden einzelnen Beitrag unserer Feminin Aktiv-Gemeinschaft! Die unglaubliche Solidarität unserer Mitglieder hat uns sehr berührt und erfolgreich durch die vergangenen Wochen gebracht! Das haben wir schon zusammen geschafft! Aber leider ist es noch nicht vorbei, deshalb:

**Das Feminin Aktiv braucht dich und deine Unterstützung!
Und mit dir, da schaffen wir auch ganz sicher diese Hürde! Versprochen!**

Doch außer dem Versprechen, dass das Herz jeder deiner Feminin Aktiv-Trainerinnen mit ganzer Kraft für den Neustart schlägt, bekommst du in 2021 ein ganz besonderes Dankeschön für die Akzeptanz der weiter laufenden Beitragszahlungen! Denn wir möchten dir für deine Loyalität zurückgeben, was immer uns möglich ist!

So freuen wir uns sehr, dir heute unser neustes Tool anbieten zu können. Ein Programm, das perfekt zu unserem Feminin Aktiv Mental-Balance-Konzept passt:

Auf dich wartet in 2021 ein umfangreiches Programm mit Workshops & Coachings zu verschiedensten Themen. (siehe Rückseite)

Aktuelle Lebensthemen werden dabei von Martina, Oecotrophologin und von Sylvia, NLP Master und Wing Wave-Coach, behandelt. Die Auswahl der Themen begründet sich in den vielen intensiven Gesprächen, die wir mit euch im Laufe der vergangenen 33 Jahre führen durften.

Du möchtest diese Möglichkeit zur persönlichen Weiterentwicklung und Unterstützung statt einer Beitragsgutschrift nutzen? **Wir sagen: DANKE!**

Wenn du für deine weiterlaufenden Beiträge in diesem 2. Lockdown jedoch eine beitragsfreie Trainingszeit ab Mitte nächsten Jahres haben möchtest, bitten wir dich darum, diesem Punkt auf der Rückseite zuzustimmen. So können wir die wirtschaftliche Belastung entzerren. Danke auch dafür!

Falls du jedoch eine andere, ganz individuelle Lösung brauchst, melde dich bald bei uns. Entweder per Mail an info@feminin-aktiv.de oder ☎ unter **0541 21116**. Wir kriegen das zusammen hin! Versprochen! Und bis dahin tob dich mit unseren Online-Kursen aus!

www.feminin-aktiv.de

Sylvia Näscher und dein Trainerinnenteam



Dein Feminin Aktiv-Team

Unser Coachings und Workshops für 2021

Mental Balance mit Sylvia (NLP-Master und Wing Wave-Coach)

 <p>1 Immer wieder bremst mich mein Schweinehund! Wieso macht er das?</p>	 <p>2 Endlich abschalten – oder: Wie stopp ich das ewige Gedankenkarussell?</p>	 <p>3 Umsetzbare Tipps zum Umgang mit Konflikten. Am Arbeitsplatz oder privat.</p>	 <p>4 Ich möchte! Ich kann! Ich will! Damit es klappt: Mit Ressourcenaktivierung zur Zielerreichung!</p>
 <p>5 Praktische Tipps für ein stabiles Stressmanagement!</p>	 <p>6 Was ist mir wirklich wichtig? Erarbeiten der eigenen Werte-Hierarchie</p>	 <p>7 Entzauberung einer Lieblingssüßigkeit - Bitte eine Portion mitbringen Lass dich überraschen!</p>	 <p>8 Sei live oder mental dabei: Achtsamkeitsspaziergang.</p>

Ernährungstrends und -coaching mit Martina (Dipl. Oecotrophologin, EB/DGE)

 <p>9 Ernährung umgestellt: Gesund und mit Köpfchen vegetarisch oder vegan essen</p>	 <p>10 Gesunder Darm, gesundes Immunsystem! Wie kann ich für mich sorgen?</p>	 <p>11 Mein Ich-Gewicht Wie du es findest, erreichst und halten kannst!</p>	 <p>12 Wie Heilfasten und Intervallfasten nachhaltig stärken und unterstützen können.</p>
--	---	--	---

Wähle bitte bis zu 3 Coaching- oder Workshopthemen an, die dich interessieren und trage diese unten ein.

Zum Ablauf: Wir werden in 2021 - sobald erlaubt und mit einem sicheren Gefühl möglich - ausreichend viele Workshop-Termine anbieten und mit den Themen beginnen, die sich der größten Nachfrage erfreuen. Wähle einfach deine 3 Favoriten und trage diese unten ein.

Schicke den ausgefüllten Gutschein bitte noch in 2020 an uns zurück. Dann können wir schon mit der Planung beginnen. Selbstverständlich kannst du diesen Gutschein im Wert von 119 Euro auch an eine Freundin übertragen, wenn du magst!

GUTSCHEIN

Meine Wahl zum Umgang mit den geleisteten Beiträgen während des 2. Lockdowns:

Vorname _____ Nachname _____

Straße _____

Plz / Ort _____

Telefon _____

Mail _____

Datum _____ Unterschrift _____

Entweder

Ich will eine beitragsfreie Trainingszeit, einlösbar ab Mitte 2021.

auch durch die Nutzung der Zusatzangeboten wie EMS, VacuStep oder SlimBelly möglich.

Oder 😊

Ich verzichte zugunsten meines Lieblingsstudios auf eine Gutschrift meiner Beiträge. (DANKE HERO!)

UND freue mich bei einem der folgenden Workshops mitzumachen.

Trage hier die Nummern ein.

Bitte Ausfüllen