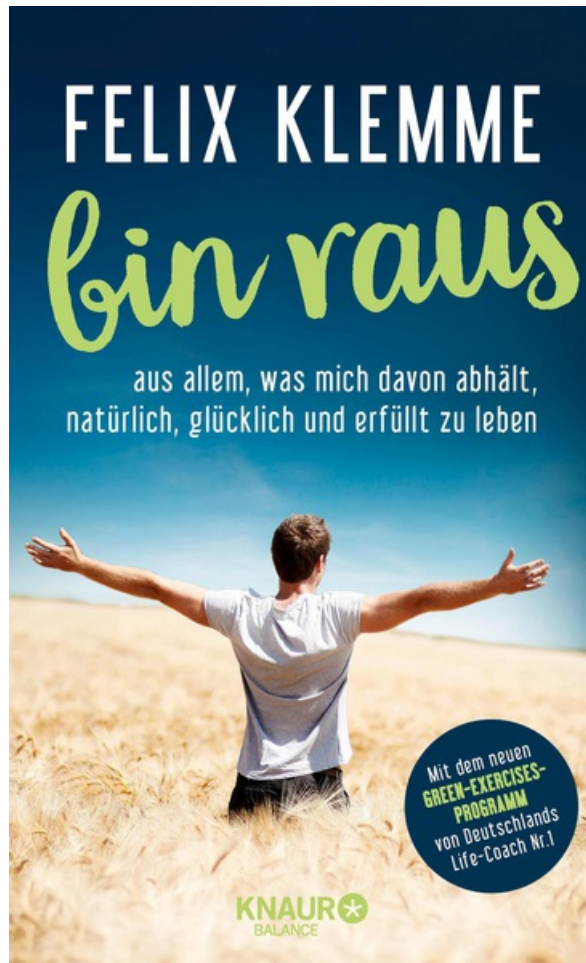


bin raus



Author: Felix Klemme

Download: bin raus Ebook Free (PDF, ePub, Mobi) by Felix Klemme

Raus aus Überfokussierung und Erwartungswahn und rein ins echte Leben! Felix Klemme, Deutschlands Life-Coach Nr. 1, zeigt den Weg zu unseren wirklichen Bedürfnissen und präsentiert erstmalig seine Green Exercises. Eigentlich geht es uns heute so gut wie nie zuvor. Wir leben im Überfluss, sind vernetzt mit der ganzen Welt und uns stehen schier unendliche technologische Hilfestellungen für unser Leben zur Verfügung. Und doch sind so viele von uns unglücklich, fühlen sich unwohl, sind gestresst und ausgebrannt und nicht selten körperlich und seelisch krank. Felix Klemme erlebt genau das in seiner täglichen Arbeit mit vielen Menschen. Was allen abhandengekommen ist, ist die natürliche Verbindung zu sich selbst, zu echten körperlichen Bedürfnissen, wie Hunger und Müdigkeit, aber auch zu seelischen Bedürfnissen wie Zufriedenheit und Glück. Zu diesen einfachen Wurzeln zurückzufinden, führt zu Erholung, echtem Wohlbefinden und nachhaltiger Gesundheit. In seinem Ratgeber wagt der charismatische Bestsellerautor und TV-Moderator Aufruf und Motivation zugleich: Er zeigt uns, wie wir uns aus der Überfokussierung und dem Erwartungswahn der digitalen Gesellschaft befreien und uns wieder mit den natürlichen Anteilen verbinden, mit unseren ureigenen menschlichen Bedürfnissen. Unterhaltsam und auf wissenschaftlicher Basis erklärt Felix Klemme, warum der direkte Kontakt mit der Natur für jeden Menschen wichtig ist und was dabei in uns passiert. Mit seinem neu entwickelten Green-Exercises-Programm können wir diesen natürlichen Lebensstil ganz praktisch in unserem Alltag verankern und andere dafür begeistern – frei nach Felix' Trainingsmotto: „Be you. Be natural!“ „Verlasse festgefahrene Lebenswege und erfahre dich in der Natur mit all ihren Facetten und Schönheiten! Schon nach kurzer Zeit wirst du feststellen: Es lohnt sich und kein Hindernis kann dich aufhalten!“ Felix Klemme

Title : bin raus
Author : Felix Klemme
Published : 2018-10-01

Download: bin raus Ebook Free (PDF, ePub, Mobi) Author Felix Klemme



[Download: bin raus Ebook Free \(PDF, ePub, Mobi\) by Felix Klemme](#)