

Go' energi og motivation i en hektisk hverdag
- er du klar?

Du inviteres til et par muntre timer med god karma, høj faglighed,
brugbare øvelser og måske lidt eftertænkksomhed

Aftenens emner vil bl.a. være:

med lyst og disciplin som drivkraft
hvordan gør jeg græsset grønt der, hvor jeg er?
hvordan fastholder jeg glæden, gnisten og gejsten?
hvad er mit ansvar i det her?
hvordan er jeg travl på den "gode" måde, så jeg undgår stress og udbændthed?



lad os forlænge sommeren

På gensyn og vel mødt

Ku' du tænke dig at få
ekstra energi UDEN at
sku' løbe en maraton?

få dig et godt grin

Træk luft
til hjernen
på en ny
måde

gode tips & tricks
til det, der
kan være bøvet

"...og hvad kan jeg
mon selv gøre?"