

# Fit in den Frühling

## Hypnosecoaching hilft

Der Fasching ist vorüber und die Fastenzeit ist bis Ostern voll im Gange. Doch nicht immer gelingt der Schritt, von altgewohnten Lastern und Pfunden Abschied zu nehmen. Raucher greifen genervt wieder zur Zigarette, Schleckermäuler wieder lustvoll zur Schokolade, die positive Veränderung wird zur Qual und ist nach kurzer Zeit verdrängt und in Vergessenheit geraten. Diese „Selbstgeißelung“ muss nicht sein, denn mit einem persönlichen & zielorientierten Coaching fallen Gewohnheitsänderungen um ein Vielfaches leichter

und werden mit Freude und Erwartung angestrebt. Dafür sorgt, in Verbindung mit den eigenen Zielen, die gelungene Arbeit mit dem Unterbewusstsein. Das Verlangen und die Lust am Rauchen schwinden, die Freude und Motivation an Bewegung und gesunder Ernährung steigen. Sieglers greift das Problem der bekannten Methoden auf und untermauert sein Konzept mit den persönlichen Vorstellungen und Wünschen der Klienten, die mit Hypnose noch um ein Vielfaches verstärkt werden. Aber auch im Bereich des Sportmentalcoa-

ching lässt sich das Wissen über die inneren, unbewussten Funktionen mit großem Erfolg nutzen. Der Coach Rouven M. Sieglers aus Bad Endorf arbeitet seit vielen Jahren mit Profisportlern und A-Kader-Athleten, um sie mental noch erfolgreicher zu machen. Gezieltes & lösungsorientiertes Coaching mit Hypnose hilft Blockaden aufzulösen und dauerhaft erfolgreich zu sein. Mehr Informationen erhalten Sie telefonisch unter 0 80 53 / 798 625 oder im Internet.

[www.siegler-consulting.de](http://www.siegler-consulting.de)