

EFFEKTS

**Ganzheitliche Workshops & Trainings zu den Themen:
Ernährung, Fitness, Führung, Energie, Körper & Kreativität, Takt & Talent,
Stressmanagement**

**EFFEKTS ist eine von den Fachexperten
Eleonora Alexandrova Meyden und Nadine Hüttenrauch
entwickelter, integrativer Ansatz um das mentale und
körperliche Gleichgewicht zu erlangen
und zu bewahren.**

**Es verschafft nicht nur mehr Elan sowie positiven
Antrieb, sondern liefert auch kreative Impulse zur
Lebensführung und motiviert zu einer gesünderen
Ernährung.**

**So entdecken Sie neue Wege,
Ihr inneres Wohlbefinden zu steigern.**



März

DATUM: Sonntag 15.3.2015 von 11 bis 13 Uhr **WORKSHOP:** EAMPERFORM
— Energie, Körper & Kreativität und Stressmanagement

ORT: Gesundheitszentrum Blütenhof **INFO:** Individualcoaching & -training
(max. 5 Teilnehmern) **PREIS:** 50€ / Person

DATUM: Montag 16.3.2015 von 19:30 bis 21:30 Uhr **WORKSHOP:** EAMPERFORM
— Fitness, Führung, Takt & Talent

ORT: Ballettschule Lekovic **INFO:** Gruppencoaching / -training
PREIS: 40€ / Person

DATUM: Mittwoch 18.3.2015 von 19 bis 21 Uhr **WORKSHOP:** EAMPERFORM
— Energie, Körper & Kreativität und Stressmanagement

ORT: Gesundheitszentrum Blütenhof **INFO:** Individualcoaching / -training
(max. 5 Teilnehmern) **PREIS:** 50€ / Person

DATUM: Montag 23.3.2015 von 19:30 bis 21:30 Uhr

WORKSHOP: EAMPERFORM / NATÜRLICHNADINE — Ernährung, Fitness,
Energie und Stressmanagement **ORT:** Ballettschule Lekovic
INFO: Gruppencoaching / -training **PREIS:** 50€ / Person

April

DATUM: Montag 13.4.2015 von 19:30 bis 21:30 Uhr **WORKSHOP:** EAMPERFORM
— Führung, Energie, Körper & Kreativität und Takt & Talent
ORT: Ballettschule Lekovic **INFO:** Gruppencoaching / -training
PREIS: 40€ / Person

DATUM: Mittwoch 15.4.2015 von 19 bis 21 Uhr **WORKSHOP:** EAMPERFORM
— Fitness, Energie, Körper & Kreativität und Stressmanagement
ORT: Gesundheitszentrum Blütenhof **INFO:** Individualcoaching / -training
(max. 5 Teilnehmer) **PREIS:** 50€ / Person

DATUM: Sonntag 19.4.2015 von 16 bis 19 Uhr

WORKSHOP: EAMPERFORM / NATÜRLICHNADINE — Ernährung, Energie,
Körper & Kreativität und Stressmanagement
ORT: LIV **INFO:** Gruppencoaching / -training **PREIS:** 70€ / Person

DATUM: Sonntag 26.4.2015 von 14 bis 16 Uhr

WORKSHOP: EAMPERFORM / NATÜRLICHNADINE — Ernährung, Fitness,
Führung und Takt & Talent **ORT:** Gesundheitszentrum Blütenhof
INFO: Individualcoaching / -training (max. 5 Teilnehmer) **PREIS:** 50€ / Person

COACHING & TRAINING CONSULTING

Workshop-Orte

**GESUNDHEITZENTRUM
BLÜTENHOF**

REINHARDTSTR. 3
10 117 BERLIN

**BALLETTSCHULE
LEKOVIC**

ILSENBURGERSTR. 15
10 589 BERLIN

**LIV
FEINKOST & WEIN**

CHORINERSTR. 19
10 435 BERLIN

ANMELDUNG

event@eamperform.de

oder

+49(0)177 250 36 61

E A M P E R F O R M

**ELEONORA ALEXANDROVA MEYDEN
COACHING & TRAINING CONSULTING**

MARIENSTR. 8 10117 BERLIN
+49(177) 250 36 61
INFO@EAMPERFORM.DE
WWW.EAMPERFORM.DE

NATÜRLICHNADINE

**NADINE HÜTTENRAUCH
HEALTH COACHING**

ZEHDENICKERSTR. 15 10119 BERLIN
+49(30) 5459 72 71
HALLO@NATÜRLICHNADINE.DE
WWW.NATÜRLICHNADINE.DE