



# Voller *Energie* in den Tag

*Katja Weidemann – Personaltrainerin für Ihre Gesundheit*

- Ihnen fehlt jede Energie?
- Sie leiden bereits unter Erschöpfung, Müdigkeit, Schlafstörungen, Übergewicht, erhöhten Blutdruck und Cholesterinspiegel?
- Stress und Ängste rauben Ihnen jede innere Gelassenheit und Ruhe?
- Sie sind nicht mehr belastbar und fühlen sich seelisch ausgebrannt und können sich nicht mehr konzentrieren?

***Mit Ihrer Personaltrainerin für Ihre Gesundheit schöpfen Sie wieder Kraft!***



*Katja Weidemann*

**Personaltrainerin  
für Ihre Gesundheit,  
Heilpraktikerin**

An der Junkersmühle 33-35  
52064 Aachen  
Telefon 0241/9661187  
[www.katja-weidemann.de](http://www.katja-weidemann.de)

# *Der Check-up für Ihre Gesundheit*

Als Ihre Personaltrainerin begleite ich Sie und erkläre Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie wieder Eigenverantwortung für Ihre Gesundheit übernehmen. Ich zeige Ihnen, wie Sie schon mit kleinen Veränderungen Ihres Verhaltens und der Lebensführung viel bewirken und sich wieder kraftvoll und gesund fühlen können. Sie lernen, achtsamer und liebevoller mit sich selbst umzugehen.

Unter meiner Anleitung profitieren Sie gezielt von meinem fundierten Wissen und meinem breiten Spektrum an Behandlungsmöglichkeiten. Ich entwickle für Sie ein auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Behandlungskonzept - effizient und auch für Berufstätige im Alltag praktikabel!

Lassen Sie mich Ihr Energielieferant sein. Gerne stelle ich Ihnen kostenlos und unverbindlich mein Personaltrainingskonzept vor.

***Rufen Sie mich an! Ich unterstütze Sie dabei, Ihre Gesundheit zu fördern und Erkrankungen vorzubeugen.***