

Produktübersicht & Preisliste BusinessNap

(Stand: September 2009)

„Akkus laden – fit sein für die zweite Tageshälfte“

Modul 1



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

Das Modul „Akkus laden“ ist auf Ihre Erholung ausgelegt. Spezielle Bildgebungen verstärken Ihre Erholungsphase und Sie fühlen sich nach Gebrauch, wie frisch aus einem Kurzurlaub zurückgekehrt. Es ist eines unserer beliebtesten Module und für die tägliche Anwendung bestens geeignet. Viel Spaß beim Akkus laden...

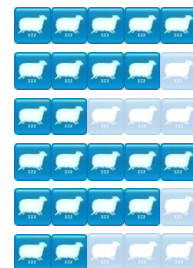
Ihre Investition: 38,- Euro (inkl. Steuer)

„Stress abbauen – ausgeglichen sein“

Modul 2



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

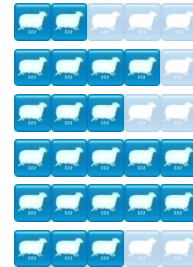
Stress ist eine der Hauptursachen für Krankheit und Störungen des Wohlbefindens. Ein effektives Stressmanagement ist unerlässlich für langanhaltende Gesundheit und gute Leistungen am Arbeitsplatz. Dieses Modul hilft Ihnen, Stress abzubauen und ausgeglichener zu sein. Es stellt die Klarheit wieder her, die Sie für Ihren Beruf und Ihre Freizeit brauchen.

Ihre Investition: 38,- Euro (inkl. Steuer)

„Einschalten und Abschalten“ Modul 3



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

Wer kennt das nicht – der Feierabend, das Wochenende oder auch der Urlaub fängt an und man ist noch mit den Gedanken an der Arbeit. Aber auch die ersten Stunden und Tage nach der Freizeit sind wir noch nicht voll wieder da. Das Modul Einschalten und Abschalten ermöglicht es Ihnen, schneller sich auf Freizeit oder Arbeit zu fokussieren, wann und wo Sie es brauchen.

Ihre Investition: 38,- Euro (inkl. Steuer)

„Gute Laune – schlechte Stimmung abschalten“ Modul 4



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

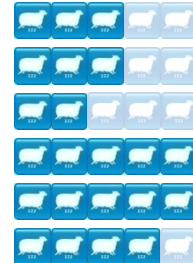
Ein Lächeln ist die schnellste und preiswerteste Art sein Aussehen zu verbessern. Diese alte Weisheit ist aber nicht immer so einfach umzusetzen. Das Modul „Gute Laune“ macht jeden Tag für Sie und die Kollegen angenehmer. Außerdem fördert es nachhaltig die Kreativität und das Wohlbefinden.

Ihre Investition: 38,- Euro (inkl. Steuer)

„Ressourcen mobilisieren – positive Visualisierungen“ Modul 5



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

Auf den Punkt fit sein, im Kundentermin überzeugen oder in der Präsentation begeistern. Diese Anforderungen sind im heutigen Arbeitsalltag allgegenwärtig. Zusätzlich weckt das Modul „Ressourcen mobilisieren“ die Potentiale ein Ihnen, die den Unterschied machen werden. Visualisieren Sie mit diesem Modul Ihren Erfolg und Sie werden sehen, dass sie Erfolg haben werden.

Ihre Investition: 38,- Euro (inkl. Steuer)

„Einschlafen-Durchschlafen“ Modul 6



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

Abends einfach so einschlafen und die Nacht möglichst durchschlafen können. Das ist ein Wunsch, den viele Menschen haben. Besonders das Einschlafen fällt schwer, die Gedanken schwirren umher und je mehr man es versucht, desto weniger gelingt es. Dieses Modul ist ein Spezialmodul und nur für das abendliche Einschlafen gedacht.

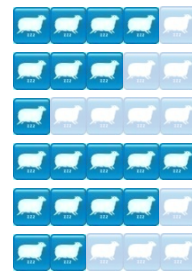
Ihre Investition: 49,- Euro (inkl. Steuer)

„Selbstbewusstsein & Selbstvertrauen“

Modul 7



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

Sie haben eine gute Idee, aber es fehlt am nötigen Selbstvertrauen etwas zu sagen? Sie möchten gerne selbstbewusster ins nächste Meeting gehen? Das Modul 7 hilft Ihnen, Zugang zu diesen Schlüsselressourcen zu finden. Es reduziert den Stress und erhöht Ihre Aufmerksamkeit und Klarheit, so dass Ihrem Selbstvertrauen nichts mehr im Wege steht.

Ihre Investition: 38,- Euro (inkl. Steuer)

„Gegen Aufschieberitis“

Modul 8



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

Die Stapel werden immer höher? Viele unangenehme Dinge werden noch einmal auf morgen verschoben? Das Phänomen der Aufschieberitis ist weit verbreitet und behindert uns Tag für Tag. Den Problemen aus dem Weg zu gehen macht es nicht einfacher – darum bietet dieses Modul die Möglichkeit, sich gezielt und mit Spaß an die unliebsamsten Dinge zu setzen.

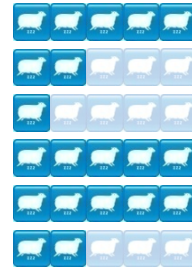
Ihre Investition: 38,- Euro (inkl. Steuer)

„Abgrenzung – Wenn Dinge einfach abprallen“

Modul 9



Stressabbau
Erholung
Schlaf
Klarheit
Aufmerksamkeit
Kreativität



Modulbeschreibung:

Wie oft bekommen wir Berge von Schuld und Psychomüll auf uns abgeladen. Mobbing ist allgegenwärtig und beeinflusst uns. Nur allzu oft wünschen wir uns ein Schutzschild, um uns gegen diese Dinge abzugrenzen. Das Modul 9 unterstützt Sie hierbei effektiv – so können alle negativen Einflüsse von Ihnen einfach abprallen.

Ihre Investition: 38,- Euro (inkl. Steuer)