

ACT HRV Coachingkonzept HRV Stress Pilot Bundle

Untermarkt 16
D-82418 Murnau
☎ 088 41-67 88 00
Fax: 088 41-67 83 99
seminar@somatic-integration.de
www.somatic-integration.de

ACT Herzkoherenz Internet HRV Coaching - Powered by Biocomfort Stress Pilot -

Starten Sie durch! -

Egal, wo Sie sich befinden: Mit dem Biocomfort **Stress Pilot** können Sie uns Ihre Messungen exportieren und per E-Mail senden. Wir machen für Sie Ihre persönlichen Analysen, senden Ihnen professionelle Berichte und coachen Sie via Internet oder Telefon.

Es ergeben sich folgende Vorteile für Sie:

- der Verlauf Ihrer Aktivitäten kann über längere Zeiträume beobachtet, berechnet, ausgewertet und optimiert werden.
- keine Fahrtkosten und kein zusätzlicher Zeitaufwand - einfach am PC Zuhause, im Büro oder wo immer Sie auch sind einige Minuten täglich Biofeedback machen und die automatisch gespeicherten Übungs- und Meßdaten per E-Mail an uns senden.
- geringe Kosten und: mit einem Biocomfort **Stress Pilot** können mehrere Personen betreut werden!

Unsere Programme rechnen die von Ihnen gesendeten Daten vom Stress Pilot auf differenzierte Werte hoch und ermöglichen uns nach einer Artefaktkontrolle eine exakte Auswertung. Damit können wir unser Coaching laufend auf Ihren aktuellen Stand von Ressourcen, Gesundheit und Performance anpassen. Auch Teamauswertungen und Leistungskurven in Sport und Wirtschaft können erstellt werden.

Die mehrseitigen Analyse- und Coaching- Unterlagen erhalten Sie im PDF-Format (funktioniert auf jedem PC) und enthalten:

- Grafische Darstellung Ihres -ist- Zustandes
- klinische Werte für Ihre/n Arzt/Ärztin oder Therapeuten/in
- unsere Empfehlungen bezüglich
 - Ernährung,
 - Bewegung,
 - Atemübungen,
 - Passende Entspannungstechniken,
 - Work-Life Balancing und Chronobiologie etc.

Ihre Investition:

Die Kosten belaufen sich auf € 149,- pro Monat für jeweils 14 tägiges Internet-Coaching incl. Report
Dauer: nach 2 bis 3 Monaten sind bereits deutliche Erfolge zu erwarten.

Für die von Ihnen laufend übermittelten Meßdaten und deren Speicherung in Ihre Messdatenbank in unserem Analysesystem wird kein Entgelt verrechnet, egal wie viele Messungen Sie senden.

Das HRV-Coaching basiert auf der Analyse der Herzratenvariabilität (HRV), sowie wissenschaftlich validierten Stressfragebogen, und bietet Ihnen neue Möglichkeiten, auf natürliche Weise Ihre Gesundheit und körperliche wie geistige Fitness zu verbessern, zu stabilisieren und zu fördern. Die Messungen werden von eigens dazu ausgebildeten HRV SpezialistInnen ausgeführt.

Ihre HRV Coaches:

P. M. Aisenpreis & ACT HRV Team, Murnau

Angebot Stress Pilot & HRV Coaching Bundle:

Biocomfort StressPilot incl. 3 Internet Coaching Sitzungen plus 2 Monate Support und Auswertungen:
Regulärer Preis: 994.- € **Herbstangebot: 888.- € incl. MwSt.**

Angebot Stress Pilot Upgrade & HRV Parameter Bundle:

Biocomfort Stress Pilot Upgrade auf V1.4 inkl. 4 Stunden detaillierte Parameterauswertung
Regulärer Preis: 647,98.- € **Herbstangebot: 583.- € incl. MwSt.**