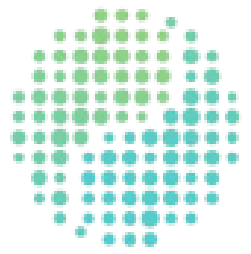


8 Wochen zurück in deine natürliche Balance



Mary Mayer

BIOFEEDBACK

NeuroBalance Flow

Fühlst du dich oft müde, angespannt oder nicht richtig wohl in deinem Körper. Trotz gesunder Ernährung und Bemühungen verändert sich dein Körpergefühl kaum. Du funktionierst im Alltag, aber Leichtigkeit und echte Energie fehlen.

DANN IST ES ZEIT, DEIN SYSTEM NEU ZU REGULIEREN

In diesem 8 Wochen Programm geht es nicht um mehr Disziplin.

Es geht um Regulation statt Überforderung. Dein Körper darf aus dem Dauerstress zurückfinden in Ruhe, Balance und Stabilität. Du lernst, dein System sanft zu entlasten und neu zu ordnen. Damit sich wieder etwas verändert, das du wirklich spürst.

- Mehr Energie im Alltag
- Mehr Leichtigkeit im Körper
- Mehr Verbindung zu dir selbst
- Mehr Ruhe im Nervensystem

Das Problem ist nicht dein Körper. Das Problem ist, dass er seit Jahren gestresst und im falschen Modus läuft.

Dein Körper darf aufatmen, dein System darf sich neu sortieren, du darfst dich wieder lebendig fühlen!

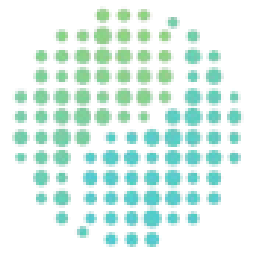
Kontakt

Mary Mayer

+43 664 619 1248 | kontakt@mayer-biofeedback.at



8 Wochen zurück in deine natürliche Balance



Mary Mayer

BIOFEEDBACK

NeuroBalance Flow

Fühlst du dich oft müde, aufgebläht oder irgendwie „nicht ganz in deiner Mitte“?
Dein Körper verändert sich – und du spürst, dass es Zeit ist, ihn liebevoll zu unterstützen, statt gegen ihn zu kämpfen.

Diese 8-Wochen Challenge ist deine Einladung, wieder in Verbindung mit dir selbst zu kommen. Sanft. Ganzheitlich. Nachhaltig.

8 WOCHEN FÜR DICH. FÜR DEINEN KÖRPER. FÜR DEIN NEUES LEBENSGEFÜHL.

Was dich erwartet:

Ein durchdachtes Programm, das Körper, Geist und Energie miteinander verbindet:

2 x Yoga pro Woche (je 90 Minuten)

Speziell abgestimmt auf Frauen in der Lebensmitte mit innerem Ungleichgewicht

- aktiviert deinen Stoffwechsel zur Gewichtsregulation
- unterstützt deinen Hormonhaushalt
- löst Spannungen & bringt dich zurück in deine Kraft

inkl. geführter Meditationen für Entgiftung & innere Balance

1 x Frequenztherapie/Bioresonanz pro Woche

- unterstützt deinen Körper bei der sanften Entgiftung
- bringt dein Energiesystem wieder ins Gleichgewicht
- hilft dir, physische und mentale Blockaden zu lösen

Wöchentliche Impulse für zuhause

- einfache Routinen, die wirklich in deinen Alltag passen
- Ernährungstipps ohne Verzicht & Druck
- kleine Rituale mit großer Wirkung

Kontakt

Mary Mayer

+43 664 619 1248 | kontakt@mayer-biofeedback.at