Dipl.-Ing. (FH) Maria Fröhlich

- Inhaberin von GoldenTouch Home
- 9 Jahre intensives Vollzeit ZEN-Training bei ZEN-Meisterin Jiun Hogen Roshi, NL
- langjährige Führungsposition im International Zen Center Noorder Poort, NL
- mehrmonatige ZEN-Trainingsperioden unter ZEN-Meister Hozumi Gensho Roshi, Japan
- jahrzehntelange Erfahrung als Dozentin und Seminarleiterin
- Shiatsu-Praktikerin
- Klang-Künstlerin
- ZEN-Trainerin
- Sprachen: Deutsch, Niederländisch, Englisch

GoldenTouch Home

Maria Fröhlich | Shiatsu - Klang - Zen

Meine Leistungen:

Individuell und maßgeschneidert für das BGM in Ihrem Unternehmen

Seminare

- ZEN-Meditations-Training
- Schulung zur Gesundheitsprävention

Vorträge

- ZEN im Arbeitsalltag
- Gesundheitliches Selbstmanagement

Rahmenprogramme für Kongresse und Tagungen

- Vitalisierungs-Pausen
- Oberton-Konzerte

Information

- Das Seminar findet an einem Ort Ihrer Wahl statt.
- Dauer: 1-3 Tage
- Kosten: Je nach Konzept, Aufwand und Dauer erstelle ich Ihnen gerne ein individuelles Angebot.

Dipl.-Ing. (FH) Maria Fröhlich

An der Steinlinde 1
36041 Fulda
Deutschland

T: +49 (0) 176 - 325 381 34
E: goldentouch.home@gmail.com
W: www.goldentouch-home.com

GoldenTouch Home

Maria Fröhlich | Shiatsu - Klang - Zen

Maria Fröhlich Seminare für Ihr Betriebliches Gesundheitsmanagement

ZEN-Meditations-Seminare
besonders geeignet für Führungskräfte

Durch ZEN verbindet sich berufliche Zielorientierung mit empathischer Führungskompetenz.

Ein ZEN-Seminar-Tag mit Maria Fröhlich

- schafft Zeit und Raum für:
  - > Stille und Neuorientierung
  - > Konzentration auf das Wesentliche
  - > Stärkung der inneren Führungskraft
- besteht aus einem Wechsel von:
  - > Sitzmeditation (Zazen)
  - > Gehmeditation (Kinhin)
  - > Stehmeditation (Ritsu-Zen)
  - > Teezeremonie (Sarei)
  - > persönlicher Begleitung
  - > ZEN-Vortrag

ZEN ist ein Geistestraining und klärt die eigene Haltung zu Mitmenschen, Leben und Arbeit.

GoldenTouch Home
Maria Fröhlich | Shiatsu - Klang - Zen

GoldenBalance Seminare
geeignet für alle Mitarbeiter/innen

GoldenBalance Seminare

Dieses Gesundheits-Seminar vermittelt das Prinzip der **„Gesundheits-Inseln als Kraft-Orte im Alltag“**.
Sie dienen der Gesundheitsprävention durch Selbstfürsorge und erhöhen somit die:

- > Stressresistenz
- > Teamfähigkeit
- > Schaffenskraft
- > Lebensfreude

Seminar-Inhalte

- **Shiatsu und asiatische Gesundheitslehre**
  Die im Alltag anwendbaren Shiatsu-Selbstbehandlungen verbunden mit dem Wissen der asiatischen Gesundheitslehre stabilisieren das körperliche und psychische Gleichgewicht.
- **ZEN-Meditation**
  Stille und ZEN-Meditationsübungen eröffnen neue Sichtweisen, leiten zum inneren Ruhepol und führen zu mehr Konzentrationskraft und Ausgeglichenheit.
- **Klang-Kunst**
  Klangphasen mit Oberton-Instrumenten führen in die Tiefen-Entspannung, vertiefen die erlernten Methoden und verankern ihre positive Wirkung.

www.goldentouch-home.com

GoldenTouch Events
für Kongresse und Tagungen

GoldenTouch Events

Maria Fröhlich empfiehlt Ihnen als Rahmenprogramm für Ihre Veranstaltungen:

- **GoldenBalance Vitalisierungs-Pausen**
- **GoldenHealth Aktiv-Vorträge**
- **GoldenSound Klang-Konzerte**

Die GoldenTouch Events haben eine vitalisierende Wirkung. Sie geben den Teilnehmenden Impulse, die den fachlichen Input des Kongresses festigen.
Als Veranstalter bieten Sie damit ein ganzheitliches Tagungskonzept an.