Lift Your Life

ENERGI med GARANTI – til ALLE
der vil være STJERNER i deres eget liv

PEPTALK

Fra KVINDE til JERNMAND

Lær hvordan du gør drømme til virkelighed og sætter dig inspirerende små og store mål – og når dem.

Med en visionær og målrettet Peptalk, der tager udgangspunkt i mentale værktøjer og egne erfaringer med 12 kilometer havsvømning, jernmandstræning, firewalking og en cykeltur til Afrika, bliver deltagerne præsenteret for:

- Hvordan man sætter sig visionære mål og målrettet arbejder på at nå dem
- Hvordan man arbejder med motivation
- Hvordan man arbejder med mentaltræning

Efter Power Peptalken

- er motivationsbarometret løftet adskillige grader
- har alle deltagere fået muligheden for at sætte ord på en drøm
- ved hver deltager, hvad der skal til for at kunne udleve drømmen og tage det første skridt mod målet

BOOK PEPTALKEN

Fra KVINDE til JERNMAND
Ring og hør nærmere – telefon: 40 37 33 21

Workshops
Alle peptalks kan udbygges med halve, hele eller flere dages workshops.

Dansk Energi Dronning
– din Personlige POWER SPECIALIST

Mette BL Thomsen
www.liftyourlife.dk

Om Mette BL Thomsen

- *Jeg lover ENERGI med GARANTI til ALLE, der vil være STJERNER i deres eget liv!*
- *Jeg arbejder som Peptalker og Power Specialist med en bred uddannelsesmæssig baggrund som sygeplejerske, zoneterapeut, akupunktør, psykoterapeut, mentaltræner og life- & businesscoach*
- *Jeg er kendt for at være en kvinde, der sprudler af energi, og som elsker at motivere andre til at sætte sig spændende mål og nå dem - både karrieremæssigt, følelsesmæssigt, kropsligt, helbredsmæssigt og sportsligt*
- *Grundstenen i mit arbejde er at fremelske de stærkeste ressourcer hos det enkelte menneske og få alle til at føle sig værdifulde præcis som de er – alene og i et fællesskab*
- *Jeg gør drømme til virkelighed og har selv cyklet til Afrika, taget alene på motorcykel til Nordkap, gennemført en Ironman, gået på gløder, hoppet i faldskærm, svømmet 12 km havsvømning, uddannet mig til kajakinstruktør og passioneret arbejdet med foto hele mit liv*

TILFREDSE kunder siger

"Mette og hendes peptalks skal opleves!"
Anne – Mette Jørgensen, Unomedical A/S, Logistik koordinator

"Mød frem og få en vitaminindsprøjtning."
Susanne Gotthelff, Chefsekretær

"Mette coachede mig til et Danmarksmesterskab og hjalp mig med et rygestop."
Camilla E. S. Olsen, Danmarksmester i fridykning

"Jeg vil varmt anbefale Mette som behandler og mentaltræner."
Allan Bryde, Landsholdsspiller og VM deltager

"Totalt inspirerende og livsbekræftende. Mette gør bare det hun vil og har lyst til – og hun lærer andre at turde gøre det samme."
Jette Gerding, Certificeret stresscoach og NLP Master Practitioner

Tilmeld dig mit NYHEDSBREV og få 5 GRATIS tips til at få mere ENERGI allerede i dag!

Ring 40 37 33 21 og få et uforpligtende tilbud

Lift Your Life

Mette BL Thomsen
Køgevej 44 C 1. th • DK-4000 Roskilde
+45 40 37 33 21
mette@liftyourlife.dk

www.liftyourlife.dk