

Lift Your Life



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

PEPTALK

Hold KROPPEN på TOPPEN

6 effektive punkter og 12 gode idéer til at holde kroppen på toppen og undgå sygdom.

Med en spændende Peptalk, der tager udgangspunkt i veldokumenterede teorier og praktiske værktøjer, bliver deltagerne præsenteret for:

- Hvordan man afhjælper smerter – inklusive hovedpine og lændesmerter
- Hvordan man får en bedre søvn, mere energi og et bedre immunforsvar
- Hvordan man forebygger stress



Efter Power Peptalken

- har hver enkelt deltager fået en ny brugbar viden om kroppen
- har alle fået en "førstehjælpkasse", der kan tages i brug med det samme
- ved hver deltager, hvordan man føler sig frisk hver dag!



BOOK PEPTALKEN

Hold KROPPEN på TOPPEN

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 Gotthelf, 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

