

Kom FYSISK og MENTALT på toppen

Køb Stjernekonceptet, der er en vekselvirkning af undervisning, coaching, mentaltræning og øvelser samt kropsligt arbejde med akupunktur og zoneterapi.

Perfekt til enkeltpersoner, sportsfolk, sportsklubber og virksomheder, der ønsker at fremme livsglæde, motivation og samarbejdsrelationer blandt medarbejderne.

Et koncept der skaber ekstraordinære resultater i teams, sportsklubber og hos den enkelte sportsudøver.

Lift Your Life og SPORTSFOLK

Jeg arbejder med sportsfolk og sportsklubber, der gerne vil opnå ekstraordinære resultater og gå efter "guldet".

KAJAKPOWER og TEAM BUILDING

Lift Your Life arbejder sammen med dygtige instruktører og tilbyder

- Peptalken ENERGI til HAVS
- Kajakture og firmaevents
- Flydende TEAM-building

Når du og teamet vil generere ENERGI og LIVSGLÆDE på strandbredden og på vandet i en havkajak.

I et SAMARBEJDE med Lift Your Life er din virksomhed sikret

- Energifyldte og motiverede medarbejdere
- Arbejdskolleger med innovative indsigter
- Et markant mindsket sygefravær og øget arbejdsglæde
- Stressforebyggende- og helbredende strategier

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

Lift Your Life

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

**Ny ENERGI til sportsfolk,
virksomheder og medarbejdere**

Book en PEPTALK
eller en WORKSHOP

FORKÆL dine
medarbejdere

Kom FYSISK og
MENTALT på toppen

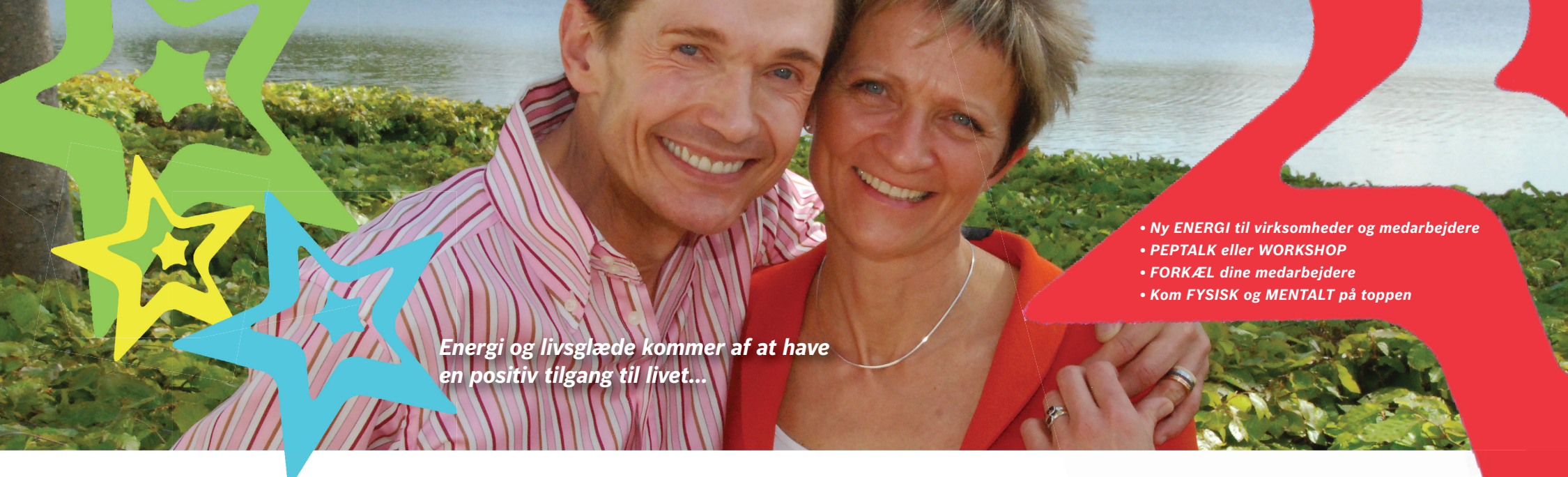
www.liftyourlife.dk

Dansk Energi Dronning
- din Personlige POWER SPECIALIST

Mette BL Thomsen

Scan QR coden
og læs mere på www.liftyourlife.dk





*Energi og livsglæde kommer af at have
en positiv tilgang til livet...*

- **Ny ENERGI** til virksomheder og medarbejdere
- **PEPTALK** eller **WORKSHOP**
- **FORKÆL** dine medarbejdere
- Kom **FYSISK** og **MENTALT** på toppen

Ny ENERGI til sportsfolk, virksomheder og medarbejdere



**TRIVSEL
&
ARBEJDSGLÆDE**



**DANSK
ENERGI
DRONNING**
Mette BL Thomsen

**FYSISK &
MENTALT
PÅ TOPPEN**



**TEAM BUILDING
&
KAJAKPOWER**



Lift Your Life har specialiseret sig i at få mennesker til at sprudle af energi og virksomheder til at blomstre.

Book en PEPTALK eller en WORKSHOP

Giv dine ansatte et ordentligt skud energi og en dag de aldrig glemmer.

- **ENERGI** med **GARANTI**
- **YES** – jeg **ELSKER** mit job
- Hold **KROPPEN** på **TOPPEN**
- Brug dine **ØRER** og få **VALUTA** for pengene
- Fra **KVINDE** til **JERNMAND**
- **SUCCESS** med **TANKENS** kraft
- Bliv den **PERFEKTE TALER**
- **POSITIVE** følelsers indflydelse på et **SUNDT HELBRED**
- Lad dine **ORD** være din **STYRKE**
- **STRESS** på den **FEDE** måde
- **ENERGI** til **HAVS**
- **LIVSGLÆDE** og **FANTASIDYR**

Du vælger TEMA – jeg leverer varen!

FORKÆL dine medarbejdere

Få en virksomhedsordning med Lift Your Life og hold motivations- & energikurven stigende og sygefraværet nede.

VIRKSOMHEDSORDNING

- Jeg rykker klinikken ud på arbejdspladsen, hvor jeg tilbyder akupunktur, zoneterapi og coaching
- Jeg garanterer et markant mindsket sygefravær og øget arbejdsglæde
- Jeg forebygger og afhjælper stress-symptomer
- Jeg fjerner hovedpine og smerter i nakke, skuldre, ryg, lænd, knæ og albuer
- Jeg tilbyder rygestop-behandling

Mange sundhedsforsikringer betaler behandlingerne med zoneterapi og akupunktur!