



Die Veränderung
beginnt in dir!

ERFOLGS
ADLER

Aktivierungs- und Wahrnehmungseinheit

www.erfolgsadler.at



BEWUSST LEBEN,
GEMEINSAM BEWEGEN

Körper & Geist pflegen durch bewegen



Servus,

ich bin **Christian Cresnik**,
Diplomierter Gesundheits- und
Krankenpfleger, Dipl. Mentaltrainer
und smoveyMASTER-COACH.

Psychische Gesundheit und mentale Stärke haben in
allen Lebensabschnitten und insbesondere in Krisen-
zeiten einen enorm hohen Stellenwert. Dabei ist es
wichtig zu wissen, dass alles in unserem Leben mit unseren
Gedanken beginnt. Wie wir über uns und unsere Welt
denken, beeinflusst maßgeblich, wie wir uns fühlen und
somit auch, wie wir unser Leben gestalten.



**Bewegung ist Leben,
egal in welchem Alter!**

Gesundheit liegt in unseren Händen

Das einzigartige **Aktivierungs- und Wahrnehmungskonzept** erfreut sich seit Jahren in Pflegeeinrichtungen, Seniorenheimen und Gemeinden großer Beliebtheit. Durch gezielte Aktivierungsübungen inkl. smovey Vibrationsringen werden unsere Körperzellen aktiviert, die Durchblutung gefördert und die Tiefenmuskulatur angeregt.

Bei den Einheiten lege ich großen Wert darauf, dass wir auch die geistige Wachheit fördern und Bewusstsein für Gesundheit und Bewegung ins Training integrieren. Alles im Leben ist Schwingung. Beim gemeinsamen Singen heben wir nochmals massiv unsere Stimmung.



Vereinbaren Sie ein kostenloses Erstgespräch oder Schnuppertraining mit smovey Vibrationsringen.

Mein persönliches Ziel ist es, Menschen für **Bewegung** und eine **positive Lebenseinstellung** zu begeistern. Nur wenn der Geist aktiv ist, kann man große Erfolge erzielen. Machen wir uns bewusst: Die Situation ist immer wie sie ist, aber ich sage Ihnen aus tiefster Überzeugung -

Sie wird das, was wir daraus machen!

Bewusstseinsbefreiung & Potenzialentfaltung



KÖRPER & GEIST PFLEGEN DURCH BEWEGEN



Glück bedeutet für mich, kostbare Momente mit Menschen zu teilen, die aus einem gewöhnlichen Tag etwas Außergewöhnliches machen können.

Erfolgsadler steht für Bewusstseinsbefreiung und Potenzialentfaltung. Wenn Sie Interesse an einem meiner MENTAL-HEALTH Programme haben, finden Sie weitere Informationen auf meiner Homepage oder Sie kontaktieren mich, gerne per E-Mail oder Telefon.

Vielleicht beginnen auch **WIR** schon bald gemeinsam, voll positiver Energie, Spaß und Leichtigkeit, eine Zukunft mit mehr Bewusstsein für Gesundheit und Bewegung zu gestalten.

Christian Cresnik

Erfolgsadler MINDSET-Programme



WORKSHOPS

Selbstbewusstsein; Mentale Stärke; Visionboard; Zielsetzung & Zielerreichung



smoveyMENTAL-TRAINING

Einzigartiges Ganzkörpertrainingsprogramm inklusive Mentaltechniken und -tools.



ADVENTUREDAY

Als Betriebsausflug oder auch Abenteuerevent. Das atemberaubende Seilrutschprogramm über die Südsteirischen Weinberge.



SEMINARE UND VORTRÄGE

- Persönlichkeitsentwicklung durch Bewusstseinsbefreiung und Potenzialentfaltung. Als Tages- oder auch Masterclass-Seminare für Firmen/Privatkunden.
- Vorträge zum Thema „MENTALE GESUNDHEIT“



Die Veränderung beginnt in dir!

ERFOLGS
ADLER



Erfolgscoach,
Impulsgeber & Lösungsfinder

Christian Cresnik

Dipl. Mentaltrainer, smoveyMASTER-Coach,
Dipl. Gesundheits & Krankenpfleger

✉ christian@erfolgsadler.at

☎ +43 (0) 664 12 35 330

smovey[®]
health in your hands

www.erfolgsadler.at