

■ Erfolg durch Leistung und Gesundheit

Meine Leistungsschwerpunkte

personen-zentriert - ressourcen-orientiert - erfolgs-gerichtet

- **Organisationsberatung**
- **Persönlichkeitsentwicklung**
- **Gesundheitsförderung**

Als Experte für **Balance Management** unterstütze ich Sie in Ihrer Entwicklung und helfe Ihnen, Ihre Organisations- oder Lebensziele mit Energie und Freude zu erreichen.

Lassen Sie nicht zu, dass Sie im Leben stehen bleiben und Arbeits- und Alltagsstress Ihre Ressourcen verschlingen.

Meine Angebote zur Gesundheitsförderung

- **Betriebliche Gesundheitsförderung für KMU/Vereine**
- **Organisation und Durchführung von Gesundheitstagen**
- **Entwicklung und Durchführung von Präventions-Maßnahmen und Gesundheitskursen**
- **Förderung der Stressbewältigung am Arbeitsplatz**
- **Burnout Prävention**
- **Konfliktbewältigung und Mediation**
- **Motivations- und Teamtrainings**
- **Gesundheitscoaching und -projekte**
- **Qualifizierung von Führungskräften und Mitarbeiter/innen**
- **Persönliche Gesundheit fördern und erhalten**
- **Fitness- und Gesundheitstraining und -begleitung**



Holger Arnold
Balance Project

Rosenstraße 13
D 14548 Caputh
Tel.: 033209 84694
Mob.: 0173 833 79 84

arnold@balance-project.de
www.balance-project.de

Hochschulingenieurökonom
Industriefachwirt
NLP Master
NLS Sales Coach
NLS Sales Trainer
Wirtschafts-Mediator IHK
Ausbilder IHK
Supervisor
Sozialpädagoge
Psychologischer Berater
Business & Personal Coach
Bildungsmanager
(TÜV- PersCert)

Yogalehrer (BYV)
Meditationsleiter
Achtsamkeitstrainer
Entspannungstrainer
Trainingsleiter A (DFLV)
Präventions- und
Rehasportübungsleiter u.a.

Meine Qualität für Ihren Erfolg!