

Liebes Holmes Place Mitglied,

Das Fest der Liebe kommt jedes Jahr. Zur selben Zeit. Und die Vorfreude ist bei vielen groß! Weihnachtsmärkte, Lebkuchen, Punsch ... Geschenke - das ist das Stichwort, bei dem Weihnachten für die meisten doch ganz plötzlich und überraschend kommt.

Das Christkind aber möge euch bringen,
die schönsten von allen schönen Dingen,
und was ihr nur immer träumt, wünscht oder dachtet,
dass ihr es wohl gerne haben möchtet.
(Wilhelm Busch)

Darum haben wir uns für dieses Jahr etwas Besonderes für Sie ausgedacht. **Lassen Sie sich inspirieren und genießen Sie Ihr Weihnachtsfest - wir kümmern uns um den Rest!** Sowohl um Ihren Körper als auch um Ihre Geschenke & Ihre Weihnachtskarten. Schenken Sie sich selbst und Ihren Lieben Gesundheit und Entspannung, das wichtigste Gut von allen.



WÄHLEN SIE
EIN GESCHENK

EINE WEIHNACHTSKARTE MIT
GESCHENK VERSCHICKEN

IM WEIHNACHTSMARKT
EINKAUFEN

Viel Spaß beim Stöbern und Verschenken wünscht
Ihr Holmes Place Team

***** **EXKLUSIV FÜR SIE** *****

Mitglieder von Holmes Place Köln erwartet ab sofort in Kooperation mit unseren neuen Partnern STRESS-MANAGEMENT-SCHOOL und Liiba - life in balance - ein einzigartiges Angebot zu den Themenfeldern Stressmanagement und aktiver Entspannung.

Nicht bewältigter Stress und immer kürzere Erholungsphasen führen langfristig zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen wie Herz-Kreislauferkrankungen, Rückenschmerzen, Depressionen etc. Wer lernt, rechtzeitig Stress abzubauen und zu bewältigen, kann die Gesundheit erhalten oder wiedererlangen. Daher ist ein effektives Stressmanagement neben individuellen Bewegungsprogrammen und gesunder Ernährung ein zentraler Baustein für Gesundheit, Wohlbefinden und Erfolg. Unsere Partner bieten mit Entspannungspädagogen und Yoga-Basics-Trainer einzigartige Entspannungsevents und Stressbewältigungsseminare an.

*** Mitglieder von Holmes Place Köln erhalten exklusiv einen Rabatt von 85 € je Event! ***

Mehr Informationen und Termine bei:

André Muss - www.liiba.de; Fon: 0163.64 18 719

oder bei:

Christian Mörsch - www.stress-management-school.de; Fon: 02129.34 75 700.

