



"Foredraget var underholdende og det er jo skønt at blive klogere på sig selv".

"Foredraget gav så meget stof til eftertanke... jeg fik meget ud af det og indblik i mig selv. TAK".

"En udbytterig aften, hvornår kan vi booke foredragsholderen igen"?

Foredrag og workshops

Attraktive og aktive foredrag

Virksomheder der går ind for, at udvikle, skabe øget trivsel og fastholde dygtige medarbejdere, kan med stor fordel booke foredrag/workshops hos Proacademy. Vores erfaring er, at større trivsel og glæde i dagligdagen, skaber større overskud på bundlinjen.

Proacademys passion er at dele ud af viden indenfor sund livsstil, træning og motivation. At sprede positive ringe i vandet, ved at inspirere og motivere i aktive foredrag.

Målet er at skabe større livsglæde og balance i den enkeltes liv/hos deltagerne. Viden til varigt velvære og glæde. Vores foredrag og workshops henvender sig til: Virksomheder, fitnesscentre, kommuner, kantiner, klinikker samt fysioterapeuter og andre behandlere.

Birgitte Nymann

- Energi nu for altid
- 10 måder at håndtere stress her og nu
- Nyt liv i din træningsmåtte
- EFFEKT flows – med svedgaranti
- Muskeltræning med redskaber
- Høj puls og flot figur

Thorbjörg Hafsteindóttir

- Spis dig til succes
- Spis dig ungdommelig og vital
- Spis din motivation

Pernille Springer

- Optimer din sundhed – test dig selv
- Program Design
- Outdoor fitness

Sanne Juel

- Hvad ku' du virkelig godt tænke dig? - workshop
- Kvinde/mand, hvad vil du? - workshop

Nikolaj Lehmann

- Hvad skal jeg spise?
- Find motivationen til din træning
- Nyd livet

Tomas Pilsborg

- Helhedsorienteret Fitness
- Forebyggelse af ryggen
- Funktionel rehabilitering
- Funktionel træning = Funktionel loading + Primal Patterns™



Proacademy
UDDANNELSER, KURSER OG VIDEN

Book dit foredrag/workshop på info@proacademy.dk eller tlf. nr. 43 62 22 00.