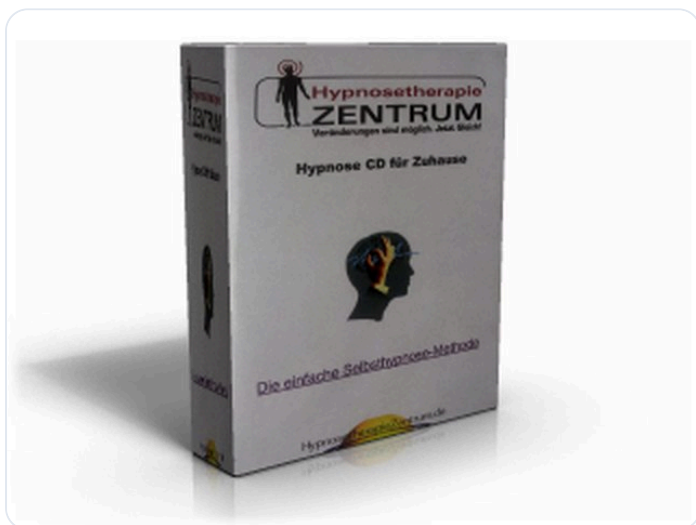


Info-Broschüre · HypnosetherapieZentrum Dinslaken

Schön und sportlich mit Hypnose

Hypnose-MP3 für mehr Motivation zu Sport und Bewegung



Themen dieser Broschüre

Hypnose Sport Motivation

Motivation für Sport

Hypnose Fitness

Sportlicher werden

Hypnose MP3 Bewegung

Schweinehund überwinden

Schön und Sportlich Hypnose MP3 Download

Alle Details und den Sofort-Download finden Sie auf der Produktseite in unserem Online-Shop.

Jetzt im Shop ansehen →

<https://www.hypnosetherapiezentrum.de/shop/produkt.php?slug=schoen-und-sportlich-hypnose-mp3-download>

Worum es geht

Nach einem langen Tag im Büro noch zum Sport? Für viele Menschen ist das eine echte Hürde – obwohl sie genau wissen, wie gut Bewegung täte. Diese Hypnose-MP3 soll in Ihnen wieder den Wunsch nach Bewegung wecken.

Die Suggestionen richten Ihr Unterbewusstsein darauf aus, dass Sport einen festen und vor allem angenehmen Platz in Ihrem Leben bekommt. Statt sich zu überwinden, sollen Sie wieder Lust auf Bewegung verspüren. Das wirkt sich auf Wohlbefinden, Ausstrahlung und Fitness aus – nach dem alten Grundsatz: In einem gesunden Körper steckt ein gesunder Geist.

Die MP3 lässt sich ideal mit unserer Hypnose „Abnehmen und Schlank“ kombinieren, wenn Sie neben mehr Bewegung auch Ihr Essverhalten verändern möchten.

Das erhalten Sie

- Hypnose-Sitzung „Schön und sportlich“ als MP3
- zweite MP3 mit Schnellinduktion
- Sofort-Download

Für wen geeignet?

- Sport-Muffel, die endlich in Bewegung kommen wollen
- alle, die ihren inneren Schweinehund überwinden möchten
- Menschen, die abnehmen und fitter werden wollen

Was ist eine Hypnose-MP3?

Unsere Hypnose-MP3s sind echte Hypnose-Sitzungen – keine Traumreisen und keine Showhypnose. Sie enthalten dieselben Suggestionen, die wir auch in Einzel- und Gruppensitzungen einsetzen. Damit sind sie ideal für alle, die nicht persönlich zu uns kommen können oder zwischen den Sitzungen weiterarbeiten möchten.

Sie erhalten jeweils zwei Dateien: die vollständige Hypnose-Sitzung und eine zweite Version mit Schnellinduktion. Durch regelmäßiges Hören entsteht eine Art Gedächtnisspur im Unterbewusstsein, die Sie mit jedem Mal leichter in die Entspannung führt. Viele Suggestionen setzen bereits im Zustand angenehmer Schläfrigkeit an.

So wenden Sie die Hypnose-MP3 an

- 1 Suchen Sie sich einen ruhigen Ort und legen oder setzen Sie sich bequem hin.
- 2 Lassen Sie die Hypnose passiv auf sich wirken. Der Übergang in die Trance ist fließend – Sie müssen nichts „richtig“ machen.
- 3 Hören Sie die MP3 möglichst täglich. Nach etwa drei Wochen genügen meist drei bis vier Sitzungen pro Woche.
- 4 Fällt Ihnen die Trance leicht, wechseln Sie zur zweiten Datei mit Schnellinduktion – so passen die Sitzungen noch leichter in Ihren Alltag.

Sicherheitshinweis

Hören Sie die MP3 niemals beim Autofahren oder bei Tätigkeiten, die Ihre Aufmerksamkeit erfordern. Bei Epilepsie, Psychosen oder anderen schweren psychischen Erkrankungen sprechen Sie die Anwendung bitte vorher mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt ab.

Häufige Fragen

Ersetzt die Hypnose das Training?

Nein. Sie soll die Motivation stärken, damit Ihnen das Training leichter fällt und Freude macht.

Wann merke ich etwas?

Das ist individuell. Viele Hörer berichten nach einigen Wochen regelmäßigen Hörens von mehr Lust auf Bewegung.

Ersetzt eine Hypnose-MP3 eine persönliche Sitzung?

Eine MP3 ist eine preiswerte und flexible Möglichkeit, mit Hypnose zu arbeiten. Eine persönliche Sitzung kann individueller auf Sie eingehen. Viele Menschen kombinieren beides.

Das könnte Sie auch interessieren

HYPNOSE-MP3

Abnehmen mit Hypnose

[Zum Produkt →](#)

HYPNOSE-MP3

Muskelaufbau mit Hypnose

[Zum Produkt →](#)

SUBLIMINAL-MP3

Mehr Schönheit mit Subliminal-MP3

[Zum Produkt →](#)

Schön und sportlich mit Hypnose

Jetzt als Sofort-Download im Shop des HypnosetherapieZentrums

[Zum Produkt →](#)

Veränderungen sind möglich. Jetzt gleich!

Seit vielen Jahren begleiten wir Menschen mit Hypnose – in Einzelsitzungen, Seminaren und Ausbildungen und mit unseren Hypnose-Programmen für Zuhause.

Schön und sportlich mit Hypnose im Shop ansehen →

Einzelsitzungen

Persönliche Hypnoseseitzungen in Dinslaken zu über 30 Themen – individuell auf Sie abgestimmt.

Hypnose-Ausbildung

Seminare und Ausbildungen für Einsteiger, Coaches und Therapeuten. Aktuelle Termine online.

Online-Shop

Hypnose-, Subliminal- und DirectDrive-MP3s sowie Video-Seminare als Sofort-Download.



Newsletter

Neue Programme, Termine und Tipps rund um Hypnose: QR-Code scannen oder [hier anmelden](#).

Kontakt

HypnosetherapieZentrum · Voerder Str. 137 · 46535 Dinslaken
Tel. 0208 / 309 982 74 · info@hypnosetherapiezentrum.de
www.hypnosetherapiezentrum.de

Ihr Team vom HypnosetherapieZentrum