Zweite durchgesehene und ergänzte Auflage:

Gesund bleiben mit Herz und Verstand von Dr.-Ing. K.-H. Hellmann

Acht Stunden klinisch tot – heute fitter und agiler als je zuvor? Wie geht das?

Diese und viele weitere Fragen um Gesundheit und Gesundbleiben beantwortet in klarer und verständlicher Form der Autor dieses Ratgebers. Ein überzeugendes Hilfsmittel dazu ist das von ihm sogenannte „Gesundheitskonto“, dessen Funktionsweise K.-H. Hellmann ausführlich und schlüssig darlegt. Er zeigt zudem, dass die nach seinem Prinzip erarbeiteten Strukturen und Mechanismen ebenso erfolgreich auf berufliche Bereiche zu übertragen sind.

Ein Ratgeber und Erfolgshelfer für alle, die sich durch äußere Hemmnissen und Hindernissen nicht aufhalten lassen wollen, sondern mit Willensstärke und Disziplin und dem von K.-H. Hellmann entwickelten System erfolgreich ihren Weg verfolgen.

Verlag Waldkirch

Softcover, 14,8 x 21 cm, 140 Seiten

ISBN: 978-3-86476-095-2

22 Euro

Mehr Informationen unter:   
www.strategiekompakt.de