

[derfranzjosef.at](http://derfranzjosef.at)

**Gesunder Körper & Geist**  
**Gesunde Familie & Gesellschaft**  
**Gesunde Finanzen**

Besser leben - Franz Josef Schützenhofer

**FRANZJOSEF**

**Besser leben**

Gesundheits- und Motivationsexperte

Wiersdorf 11 A-8093 St. Peter am Ottersbach  
+43 664 49 34 347 [info@derfranzjosef.at](mailto:info@derfranzjosef.at)

## Guter Schlaf

**Ein guter Tag beginnt  
mit einer guten Nacht!**

Während wir schlafen erholt sich  
unser Organismus und baut die  
Leistungsfähigkeit wieder auf.

Die Folgen von Schlafstörungen  
sind fatal! - Leistungsabfall,  
Kopfschmerzen, Herzrhythmus-  
störungen - bis hin zum Libidoverlust!

**Lernen Sie, wieder richtig zu schlafen!**

## EIN LEBEN IN BALANCE

Da wir unsere Häuser immer mehr  
isolieren und wir 24 Stunden mit Elektro-  
Smog und schlechter Luft versorgt sind,  
kommt unser Körper aus dem Gleichge-  
wicht und reagiert mit schlechtem Schla-  
fen, Unkonzentriertheit, Kreuzschmerzen,  
bis hin zu Verletzungen usw...

Nikken bietet hier seit 1975  
ganzheitliche Lösungen.

**Denn Gesundheit ist einfach.  
Die Natur heilt alles, wenn Sie  
Ihren Körper richtig versorgen!**



NIKKEN

[derfranzjosef.at](http://derfranzjosef.at)

## Outdoor

**Mentale Stärke heißt  
Denkblockaden einfach überwinden!**

Unter Begleitung von Profis stärken Sie Teamgeist,  
erleben wahre Highlights und machen scheinbar  
Unmögliches möglich!

**Der Feuerlauf** - der heißeste Weg,  
den Sie jemals gegangen sind

**Glasscherbenlauf** - Ihr schärfstes Erlebnis

**Heavy Me(n)tal** für mentale Stärke  
(z.B. Eisenstangen verbiegen)

**Tandemfliegen** - Aufbruch zum neuen Ich

**Gesundheitsmessung**

Nicht reden, einfach tun!

## Lösungen

Die Lösung für vieles liegt oft im richtigen  
Umgang mit den Elementen und mit sich selbst.  
Mit dem richtigen Coach sind Sie auf der  
richtigen Seite - und den haben Sie  
gerade gefunden.

Wir zeigen Ihnen die einfachen Lösungen!

Franz Josef Schützenhofer bietet Einzel-  
beratungen, Gruppenseminare und Workshops.

**Franz Josef - Besser leben!**

Vereinbaren Sie Ihren Termin unter  
+43 664 49 34 347