

DAS Buch - Trio für ein erfolgreiches, entspanntes, gesundes Leben und Arbeiten

365 Erfolgsbausteine: Coaching-Impulse für ein ganzes Jahr



Kurz zum Buch:

Mehr Erfolg im Beruf, Lebenszufriedenheit und Gesundheit sind Ziele, die jeder gerne in seinem Leben verwirklichen möchte. Das Buch zeigt Ihnen, wie man das tatsächlich lernen kann – an 365 Tagen im Jahr. Mit vielen Übungen und wertvollen Informationen zur körperlichen, mentalen und seelischen Gesunderhaltung. Ein preiswerter Coach in Buchform – für ein ganzes Jahr!

- **Daten zum Buch und Info-Links zum Probelesen und bestellen**
Mehr über das Buch erfahren und lesen: <https://www.ziegler-coaching.de/buch-365-erfolgsbausteine/>
ISBN-10 : 3961361142 ISBN-13 : 978-3961361144
Preis: 19,90 Euro
Erhältlich auch bei Amazon (Suchbegriff 365 Erfolgsbausteine)
Rückseitig finden Sie ein Bestellformular um per Post, Fax oder Mail über den Autor zu bestellen.

Mehr als nur Sprüche – Ein Wegweiser durch die Woche



Kurz zum Buch

Sprüche und Zitate von berühmten Persönlichkeiten oder aus der Bibel sind klug, geistreich, inspirierend – und viel leichter in den Alltag mit einzubeziehen als man denkt. Denn was Aristoteles, Laotse, Jesus, Henry Ford oder Walt Disney einmal gesagt haben, kann jeden motivieren, das eigene Tun zu überdenken und sich in vielerlei Hinsicht positiv zu entwickeln.

Analog zu den 7 Tagen einer Woche werden im Buch in sieben Kapiteln Themen behandelt, die für jeden von Bedeutung sind. Es regt dazu an, von Montag bis Sonntag ein erfolgreiches, erfülltes, entspanntes und gesundes Leben zu führen. Für Ihren guten Weg durch die Woche!

- **Inhalts-Übersicht**
* Montag: Themen der Arbeit * Dienstag: Der zwischenmenschliche Umgang * Mittwoch: Körperliche Fitness und Gesundheit * Donnerstag: Geistige Fitness und mentale Stärke * Freitag: Die Pflege des Seelenlebens * Samstag: Fortbildung und Weiterentwicklung der Persönlichkeit * Sonntag: Der Tag der Ruhe
- **Daten zum Buch und Info-Links zum Probelesen und bestellen**
Mehr über das Buch erfahren und lesen: <https://www.ziegler-coaching.de/buch-mehr-als-nur-sprueche/>
ISBN: 978-3-8448-3005-7
Preis: 9,90 Euro
Erhältlich bei allen großen Buchportalen auch als E-Book (amazon, buch.de, thalia, ebook.de und viele mehr) – googeln Sie einfach unter „Werner Ziegler – Mehr als nur Sprüche“
Rückseitig finden Sie ein Bestellformular um per Post, per Fax oder Mail über den Autor zu bestellen.

Ihr gelungener Tag – Wie Sie gesund, entspannt und mental stark durch den Tag kommen



Kurz zum Buch

Das Buch bietet Ihnen eine anregende und spannende Lektüre, die Sie gleichzeitig entspannt. Die Sie vorwärts bringt, aber auch immer wieder innehalten lässt. Eine Lektüre, die Sie erfolgreich nach außen in Erscheinung treten lässt, Sie aber gleichzeitig auch zu Ihren inneren Wurzeln und Helfern führt. Eine Lektüre, die Ihren Tag zu etwas besonderem macht.

- **Inhalts-Übersicht**
Frühzeitig und gut in den Tag starten * Liebevoll mit sich selbst und den Mitmenschen umgehen * Über die Wichtigkeit des Verzeihens * Glaube und Gebet, hilfreiche Stützpfeiler im Alltag * Körper - die Gesundheit ganzheitlich erhalten * Geist /-Mentalbereich - mit negativen Gedanken und Emotionen umgehen können * die Macht und Kraft der Gedanken * Seele - die Wichtigkeit der seelisch-spirituellen Komponente im Alltag * Ständig an sich selbst arbeiten, sich permanent weiterbilden * Über die Wichtigkeit des Lesens * Durch gute Balance dem Burnout und damit verbundenen Krankheiten vorbeugen * Bewusst atmen und entspannen * Zugang zu den inneren Kraftquellen und zur eigenen Mitte finden * Den Mitmenschen ‚dienen‘ und nutzen * Den anderen das geben, was man selbst gerne von ihnen erhalten möchten * Seine Berufung finden und seine Talente entfalten * Üben, üben, üben und so sein Können und Wissen optimieren * Sich ‚smarte‘ und ‚wohlgeformte‘ Ziele setzen * Sich das Erreichen seiner Ziele bildlich vorstellen * Pläne und Ziele beharrlich und ausdauernd verfolgen * Nie, nie, nie, nie aufgeben * Mit Stress und Anspannung umgehen können * Zeit für das regelmäßige Auftanken der Kräfte finden * Positiv in den Abend und die Nacht gehen, gut schlafen
- **Daten zum Buch und Info-Links zum Probelesen und bestellen**
Mehr über das Buch erfahren und lesen: <https://www.ziegler-coaching.de/buch-ihr-gelungener-tag/>
ISBN: 978-3-96136-010-9
Preis: 14,95 Euro
Erhältlich bei allen großen Buchportalen auch als E-Book (amazon, buch.de, thalia, ebook.de und viele mehr) – googeln Sie einfach unter „Werner Ziegler – Ihr gelungener Tag“

Absender / Firma (Anschrift /Firmenstempel):

An
Werner Ziegler - Coaching
Gächtstraße 15
72138 Kirchentellinsfurt

Buchbestellung
(gewünschtes Buch bitte ankreuzen und Anzahl eintragen)

O Hiermit bestelle ich das Buch „365 Erfolgsbausteine“ zum Preis von 19,90 Euro je Exemplar

Anzahl Exemplare:

O Hiermit bestelle ich das Buch „Mehr als nur Sprüche“ zum Preis von 9,90 Euro je Exemplar

Anzahl Exemplare:

O Hiermit bestelle ich das Buch „Ihr gelungener Tag“ zum Preis von 14,95 Euro je Exemplar

Anzahl Exemplare:

Rechnungs- und Lieferadresse falls abweichend von obiger Absender/-Adressangabe:

.....
.....
.....
.....

.....
Ansprechpartner für die Buchbestellung / Telefon-Nummer (für eventuelle Rückfragen)

.....
Mail-Adresse Ansprechpartner (nicht zwingend erforderlich)

.....
(Datum / verbindliche Unterschrift)

Bitte per Post an obige Adresse, oder **per Fax an 07121 / 907 465, oder** per Mail:
[info@ziegler-coaching.de/](mailto:info@ziegler-coaching.de) oder telefonisch 07121/907 463)