

IHR GESUNDHEITS-TEAM

Heike Holz

Mail: kontakt@heikeholz.de

Mobil: +49 170 9007847

Jens Koch

Mail: jenskochscu@t-online.de

Mobil: +49 171 4840071

Web: www.heikeholz.de/gesundheitsmanagement

Wir bieten individuelle, auf Sie oder Ihre Mitarbeiter abgestimmte Vorträge,
Seminare und persönliches Coaching für ein gesünderes Leben.
Bundesweit und im Ausland. Online oder bei Ihnen vor Ort.



Ihre Gesundheit ist uns wichtig!

Heike Holz & Jens Koch



Ihr wichtigstes Kapital - Sie selbst und Ihre Mitarbeiter!

Kreativität, Begeisterung und Leistungsbereitschaft finden Sie nur bei Menschen, die körperlich gesund, emotional, mental und geistig-seelisch stabil sind.

Heike Holz

Gesundheitscoaching
Resilienztraining
Ernährungsberatung
Detox – Fasten
Persönlichkeitsentwicklung

Jens Koch

Gesundheitsmanagement
Erschöpfungsvorsorge
Burnoutprävention
Erkennen von psychosozialen
Risiken und Strahlenexpositionen