

BREAK YOUR LIMITS

ÖFFNE DEINEN GEIST FÜR BEWUSSTSEIN,
KLARHEIT UND ECHTE VERÄNDERUNG.

Klarheit gewinnen. Ziele definieren.
Grenzen überwinden und kraftvoll
ins neue Jahr starten.



28. NOVEMBER 2026
13. FEBRUAR 2027



SEMINARHOTEL
DELTAPARK, THUN



MAXIMAL
30 TEILNEHMENDE

*Dein Geist setzt die Grenzen.
Du entscheidest, ob du sie überwindest.*

Ein exklusiver Seminartag für Menschen,
die mehr vom Leben wollen – mehr Klarheit,
mehr Fokus und mehr innere Stärke.



VORMITTAG – KLARHEIT UND FOKUS MIT DORIS OESCH UND LUKAS FREY

- Die Macht des Unterbewusstseins
- Glaubenssätze als Verstärker oder Begrenzer
- Das Wertesystem als innerer Kompass
- Ziele definieren und Fokus halten
- Neueste Erkenntnisse aus Positiver Psychologie, Neurowissenschaft und Motivationspsychologie



NACHMITTAG – GRENZEN ÜBERWINDEN MIT DANIEL STOLLER UND GILLES BIGLER

- Geführte Meditation für Ruhe und Klarheit
- Die Kraft der Atmung
- Grundlagen des Kältetrainings
- Mentaltraining als Vorbereitung auf das Eisbad
- Eisbaden im 5 °C kalten Wasser
- Gemeinsames Aufwärmen
- Optionale professionelle Nackenmassage

CHF 794.–
NORMALPREIS

CHF 674.–
EARLY BIRD TICKET

EARLY BIRD BIS 30.09.2026

DAS IST IM PREIS ENTHALTEN

- Seminarunterlagen
- Zweigänge-Buffer im Deltapark
- Kaffee und Wasser
- Eisbad-Erlebnis
- Persönliches Erinnerungsfoto im Eisbad
- Audiotraining für zu Hause
- Optionale Nackenmassage

*Für alle, die mehr aus
sich und ihrem Leben machen wollen.*

Für Berufstätige, Eltern, Führungskräfte,
Selbstständige, Rentner, Sportbegeisterte und
alle Menschen in Veränderungsprozessen.

Für alle Altersgruppen ab 14 Jahren.

DEINE REFERIERENDEN



DORIS OESCH

Expertin für
Persönlichkeitsentwicklung und
Veränderungsprozesse



LUKAS FREY

Experte für Coaching und
das Lösen mentaler
Blockaden



DANIEL STOLLER

Experte für Kältetraining,
Mentaltraining und
Atemtechnik



GILLES BIGLER

Experte für Kältetraining,
Mentaltraining und
Atemtechnik

*Im Eisbad erfährst du,
dass du zu weit mehr
fähig bist, als du
bisher geglaubt hast.*



JETZT ANMELDEN



über eventfrog.ch



www.medical-
eagle.com



*Hier scannen
und anmelden!*