



Dr. Thomas Kunze | alphaSkills ag

Ruhe im Kopf. Souverän unter Druck.

Für Menschen mit Verantwortung,
die abends nicht mehr abschalten können.

Das Problem ist selten der Stress. Das Problem ist der **fehlende Zugriff auf den eigenen Zustand**, genau dann, wenn es darauf ankommt. Dieser Zugriff ist **trainierbar**, in Sekunden abrufbar, mit offenen Augen, ohne zusätzlichen Zeitaufwand. Um Erfolg und Lebensqualität wieder zu verbinden.

DER WERKZEUGKOFFER

Verschiedene Werkzeuge für verschiedene Situationen, überall dort, **wo dein Zustand über das Ergebnis entscheidet**. Abends. In Verhandlungen. In der Art, wie du führst. Und an deinem Esstisch.

- **Turboentspannung**, in Minuten runterkommen
- **Alpha Listening**, präsent bleiben im Gespräch
- **Neuro-Schalter**, Zustandswechsel in einer Sekunde, mit offenen Augen
- **Aufbau persönlicher Ressourcen**, mehr Energie am Abend
- **Blockaden lösen**, dort wo der Druck zurückkommt
- **Verankerung im Alltag**, ohne zusätzliche Zeit

Was bei dir greift, hängt davon ab, was bei dir blockiert. Deshalb der ganze Koffer, **nicht eine Technik**. Das ist, was sich in über 30 Jahren alphaSkills bewährt hat.

SO LÄUFT ES AB

01 Tagesseminar vor Ort, 9 bis 18 Uhr

Die wichtigsten Werkzeuge an einem Tag, unter Anleitung geübt, **inklusive Neuro-Schalter**. Verpflegung und Unterlagen inklusive.

02 Danach ein Jahr Begleitung, live und schriftlich

Monatliche Impulsvorträge online mit Q&A, Themen nach Interesse. Community und WhatsApp-Gruppe, flexible Teilnahme an weiteren Online-Trainings als Wiederholung.

03 Akademie und Zertifikat

Aufzeichnungen und Vertiefungsinhalte, **12 Monate Zugang**. Zertifikat über 2 Tage Weiterbildung.

TERMIN

**Sa, 28.11.2026
9 bis 18 Uhr**

ORT

**Conus GmbH, Burg 40
3280 Murten**

GRUPPE

Maximal 12 Plätze

INVESTITION

1'490 CHF

Inklusive Verpflegung, Unterlagen, 12 Monate Begleitung und Akademie. Für Unternehmer und Selbständige in der Regel **steuerlich absetzbar**.

Direkt anmelden

www.gesundefirma.ch/angebot/seminare/ruhe-im-kopf

+41 78 615 74 74

mail@judithconus.ch



“Seit er das macht, habe ich ihn
wieder richtig bei mir.”

Ehefrau von Klaus, Teilnehmer

“Viel weniger impulsiv, bessere
Entscheidungen.”

Wallid, Führungskraft

“Mami, du bist jetzt viel
ausgeglichener.”

Sohn von Myriam, Teilnehmerin