

Hej Alle

Jeg har ikke meget at fortælle om i denne måned. Men jeg vil dog slå et slag for min julekalender som jeg håber i vil kommentere på alt i lyster og dele i et væk. Der kommer lidt retur til en heldig eller 3.

Jeg vil i december måned bruger 24 updates på at få WHM ned i øjenhøjde, hjem i stuen uden at miste noget som helst af effekten. Det må i gerne dele i jeres netværk.

Jeg har brug for hjælp til at komme ud med budskabet så I blandt dem som deler eller kommentere et eller gerne flere af disse updates vil der blive udtrukket 3 vindere af et gavekort.

1 - gavekort til en drop-in session.

1 - gavekort til et Fire&ICE event

eller

1 - gavekort til et 4 ugers WHM grundforløb. Som starter i Januar både i København og Århus eller til Marts.

Gavekort udtrækkes d. 12, d. 19 & d. 22 kl. ca J





23 DAYS UNTIL
CHRISTMAS

**Merry
Christmas.**

AWAKEN YOUR INNER VIKING

Exclusive Workshops & Education Programs

Birger Hanzen

Certified:
WIM HOF METHOD Level II Instructor
SOMA BREATH Instructor
EXTREME WELLNESS Facilitator

Founder of:
ISGUS™ & HOLOZEN™
NGM™ Next Generation Mindfulness
NGSR™ Next Generation Stress Resilience



BOOK YOUR EVENTS NOW!

BirgerHanzen.dk · bh@birgerhanzen.dk · (+45) 40 414 414

@birgerhanzen.dk

[Afmeld](#) | [Rediger dine tilmeldinger](#)

ISGUS - [Pilegårdsvej 8, 1th - 2860 Søborg](#) - CVR: [30842227](#)