



# GANZHEITLICHE REGENERATION FÜR UNTERNEHMEN

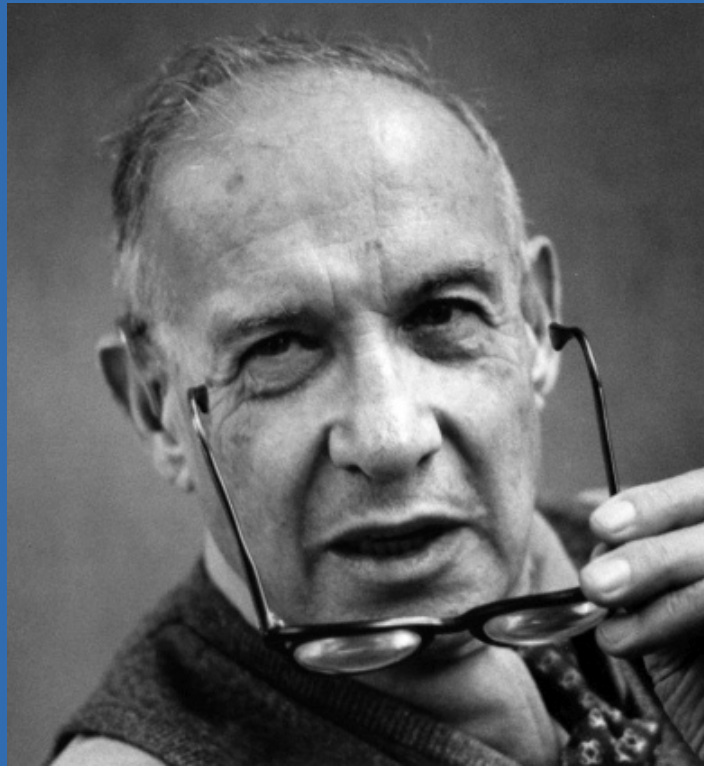
ERFOLG DURCH ERNEUERBARE ENERGIE.



Die Reduktion der Krankenstände um 30% ist unser Erfahrungswert, die deutliche Verbesserung der Loyalität und mehr Miteinander sind willkommene Synergie- Effekte.



**"Your first and foremost job  
as a leader is to take charge of  
your own energy."**



- Peter F. Drucker -  
Ökonom  
Begründer des modernen  
Managements

# DIE QUELLEN DEINER ENERGIE



## **NERVENSYSTEM**

Vegetativer Ausgleich bedeutet beste  
Burnout Prävention



## **BEWEGUNG**

Muskuläre Balance garantiert schmerzfreie  
Leistung



## **STOFFWECHSEL**

Säure - Basen Gleichgewicht als Motor  
gesunder Leistung



## **GEHIRNHEMISPHERÄN**

Mentalkraft durch tägliche Synchronisation



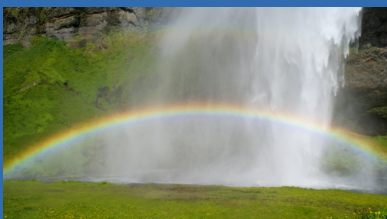
## **KÖRPERFLÜSSIGKEIT**

Brennstoff und Botenstoff für die Körperzelle



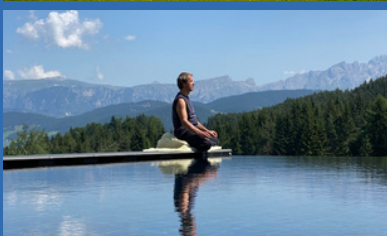
## **FEUER & FLAMME**

Begeisterung als Motor und Kraftquelle



## **BEWUSSTSEIN**

Qualitätsbewusstsein anstelle von  
Mangelbewusstsein



## **MEDITATION**

Effizienter Zugang zu allen 7 vorherigen Ebenen  
ganzheitlicher Regeneration

**„Seit ich Franz Mühlbauer kenne, wurde für mich einiges viel klarer und einfacher. Ich habe noch nie in einer Woche so viel über mich und mein (Un)Gleichgewicht erfahren.“**



- Felix Meyer -  
MIGROS Schweiz  
Vorsitzender des Aufsichtsrats

Das Wertvollste was  
du in deinem Leben  
hast, ist deine Zeit  
und deine Energie.

Gibst du deiner Zeit  
mehr Energie,  
definiert sie deine  
Existenz neu.

Das kann  
ganzheitliche  
Regeneration mit dir  
und deinem Team  
erreichen.

- Franz Mühlbauer -

# ERSTE ANZEICHEN KOMMEN SCHLEICHEND.

UND HABEN IN FOLGE VERHEERENDE  
AUSWIRKUNGEN.

FÜR DIE PERSON SELBST, FÜR IHR UMFELD UND FÜR DAS UNTERNEHMEN.

TREFFEN 3 DER FOLGENDEN PUNKTE AUF DICH ZU, DANN BEGINNE  
HEUTE MIT **BEWUSSTER REGENERATION**.

ZUNEHMENDE  
SCHLAFLOSIGKEIT

FEHLENDE  
MOTIVATION

DAUERHAFT  
MÜDIGKEIT

KÖRPERLICHE  
UNFLEXIBILITÄT

GESTEIGERTE  
GEREIZTHEIT

KONZENTRATIONS-  
MANGEL

STEIGENDE  
ANTRIEBSLOSIGKEIT

KOPFSCHMERZEN/  
MIGRÄNE

VERSPANNUNGEN

RÜCKEN-  
SCHMERZEN

KURZATMIGKEIT

DIFFUSE ÄNGSTE/  
ÜBERFORDERUNG

SCHWINDEL

STRESSZUSTÄNDE

BLUTHOCHDRUCK

MENTALE  
ABWESENHEIT

GEWICHTS-  
ZUNAHME

PERSPEKTIV-  
LOSIGKEIT

# WIE WIR DICH UNTERSTÜTZEN. UND NATÜRLICH DEINE MITARBEITENDEN. VOR ORT IM UNTERNEHMEN. UNMITTELBAR UND DIREKT.

## FÜHRUNG

## MANAGEMENT/MITARBEITER

### SEMINARE

### VORTRÄGE/ WORKSHOPS

### COACHINGS

Der Boxenstopp für deine Mitarbeitenden & Führungskräfte. Das Intensivtraining mit beeindruckender Wirkkraft. Alle organischen Systeme antworten in Windeseile auf die folgende Gesetzmäßigkeit:

- Beseitige deine Energiefresser
- Sorge für dynamischen Aufbau auf mind. 7 Ebenen
- Resilienz für neues Bewusstsein

Wissen wird zu gelebter Erfahrung und verliert damit sein Ablaufdatum.

SOLEMON sorgt für kreative und individualisierte Schritte in die täglich bewusste Umsetzung.

Ergänze und bereichere Meetings, Tagungen und betriebliche Veranstaltungen durch Themen der Leistungsoptimierung über psychophysische Regeneration.

Konstruktive Beiträge für deine Human Resources und gleichzeitig innovatives Gesundheitsmanagement für das Unternehmen.

Wir unterstützen dich mit "Know How" und Umsetzungskraft.

Unsere Erfahrung zeigt deutlich, dass eine Reduktion krankheitsbedingter Ausfälle um bis zu 30% nicht nur realistisch erscheint, sondern bereits ein SOLEMON Erfahrungswert ist.

Schöpfe aus dem Vollen!

Die hochkarätige Individuallösung. Höchste Effizienz, ONE to ONE für LeistungsträgerInnen, Künstler, Politiker, sowie stark geforderte Persönlichkeiten, die einfach INKOGNITO bleiben möchten.

Ziel ist die Umsetzung vitaler, leistungsoptimierender Prinzipien, Gesundheit und Lebensfreude aus einem energetischen Überschuss heraus zu ermöglichen.

Gesundheitlicher Raubbau, oder Doping, hat keinen Platz im Selbstverständnis moderner Menschen, die nicht nur EntscheiderInnen sind sondern auch Vorbilder.

# DIE KOMPETENTE LÖSUNG IN DIE UMSETZUNG FÜR ALLE.

**REGENERATION 365.**

**DER EINFÜHRUNGSKURS FÜR SOFORTSTARTER.  
ZUHAUSE ODER UNTERWEGS.**

**FÜR ALLE IM UNTERNEHMEN**

**DIGITAL  
ONLINE**

## REGENERATION 365 - DER EINFÜHRUNGSKURS FÜR ZUHAUSE

Völlig frei in deiner Zeiteinteilung, unabhängig von deinem aktuellen Aufenthaltsort und egal was du gerade tust, trägst du deinen persönlichen Boxenstopp immer hilfreich bei dir.

Dein Zugriff zu einem enormen Erfahrungsschatz, aufgeteilt in 65 zeitoptimierten Botschaften.

Übungen und Meditationen in Videoform erleichtern dir das Mitmachen, bringen Freude und begleiten dich vom Wissen ins Tun!

Körperliche und mentale Ganzheitlichkeit ergeben den erfolgreichen Unterschied, denn auch deine Kette reißt am schwächsten Glied und nie dort wo du super gut drauf bist!



**>> ZU DEN WEITERFÜHRENDEN INFORMATIONEN <<**



# 100 INFORMATIVE VIDEOBOTSCHAFTEN UND EFFIZIENTE ÜBUNGEN



EIN ARZT

EIN MEISTER DER REGENERATION

EIN PSYCHOLOGE

**GEDANKEN  
RÄDER?**

SO STEIGST  
DU AUS!



ENTSTRESSUNG IM GEHIRN

**EIN SCHLÜSSEL**

FÜR DEINEN  
SCHMERZFREIEN  
RÜCKEN



14'



BEWEGUNGSAPPARAT

ZENTRIERUNG  
&  
MENTAL  
KRAFT



14'



MEDITATION

DU BIST NICHT  
KRANK,  
NUR DURSTIG



3'



KÖRPERFLÜSSIGKEIT

ZEITQUALITÄT

DAS RICHTIGE IM  
RICHTIGEN  
MOMENT



4'



QUALITÄTSBEWUSSTSEIN

DIE  
ANTI-  
BIOTISCHE  
KOMBI



2'



STOFFWECHSEL

**ERFOLG  
ENTSTEHT  
IM KOPF!**



4'



ENTSTRESSUNG IM GEHIRN

DAS SAGT DER ARZT



**ACHTUNG  
HOBBYSPORTLER**

IHR LEBT  
GEFÄHRLICH

SOLEMON REGENERATION

**ADRENALIN  
DOMINANZ!**

"GEHT MIR  
NICHT  
AM NERV"



4'



NERVENSYSTEM

FRÖSTELND  
ODER  
HITZIG ?



6'



STOFFWECHSEL

**DIE BRILLE DER  
EINSEITIGKEIT**

LEGE SIE AB



4'



QUALITÄTSBEWUSSTSEIN

**TÄGLICH  
16 STUNDEN  
"HIRNEN"**

UND DANN ...



5'



ENTSTRESSUNG IM GEHIRN

# WILLST DU DEIN MANAGEMENT UND DEINE MITARBEITENDEN WIRKLICH UNTERSTÜTZEN?

Dann mache sie vertraut mit Themen wie:

- Bescheidenheit
- Empathie
- Demut
- Selbst-Reflexion
- Selbst-Akzeptanz anstelle von Ego-manifestation
- Lehre sie eine Unternehmung, wie einen lebenden Organismus zu verstehen und zu führen
- Befreie sie vom Irrglauben "die einzige Ausnahme, aus übergeordneten Gesetzmäßigkeiten zu sein, oder zu werden."

**"Regeneration ist der Schlüssel dazu."**

- FELIX MEYER -

MIGROS SCHWEIZ, Vorsitzender des Aufsichtsrats



**MIGROS**

**Bründl**  
SPORTS



In jedem Menschen  
schlummern ungenutzte  
Ressourcen.

---

Bewusste Regeneration ist  
ein Garant für Leistung,  
Gesundheit, mentale  
Stabilität, Kreativität und  
Nachhaltigkeit.

---

Gleichzeitig ist  
Regeneration ein  
Jungbrunnen für den  
Organismus.

# VOM WISSEN INS TUN.

## Reden ist SILBER. Umsetzen ist GOLD.

In anspruchsvollen Zeiten wie diesen geht es darum, Meetings, Tagungen und sonstige betriebliche Veranstaltungen durch Themen der Leistungsoptimierung über psychophysische Regeneration zu ergänzen.

Es erwarten dich konstruktive Beiträge und gleichzeitig ein innovatives Gesundheitsmanagement für dein Unternehmen. Wir unterstützen dich und dein Team mit "know how" und Umsetzungskraft.

Die einzelnen „Säulen der gesunden Leistung“ in Verbindung mit Konzentration und mentaler Präsenz sind zentrale Faktoren des persönlichen Erfolges und damit des betrieblichen Erfolges. Um die Leistungsfähigkeit zu erhalten und zu verbessern ist eine gute Pflege erforderlich.

## Die Optimierung dieser essenziellen Bereiche steigert Produktivität, verbessert die Stimmung am Arbeitsplatz und senkt Krankenstände.

Die Vorträge, Workshops und Einzelcoachings werden thematisch und zeitlich individuell abgestimmt und sind mit kleinen wirkungsvollen Demos und ergänzenden Übungsblöcken angereichert.

Bei SOLEMON findest du Themen mit und für **RÜCKENWIND**.



# WER WIR SIND.

## Mag. phil. Franz Mühlbauer

Mich fasziniert die probiotische und ganzheitliche Regeneration im Sinne der Wiederherstellung verbrauchter körperlich-mentaler Kräfte. Horrende Kosten und viel an Leidensdruck ersparen wir uns damit und das Schöne ist, jede und jeder kann es. Wir können von Weltmeistern lernen!

[Weitere Informationen.](#)



## Jens Schlangenotto

Jens lebt seine Leidenschaft indem er Marken aufbaut und Menschen sowie Unternehmen dabei hilft, "neu" zu werden. Mit seinen Initiativen und seinem Tatendrang hat er schon einiges ins "Tun" begleitet.

[Weitere Informationen.](#)



## DDr. Luca Mühlbauer

Als Psychologe und Sportwissenschaftler ist die Optimierung aller Zugänge zu Einsicht und Umsetzung sein Anliegen.

Es benötigt sowohl die Software, unsere Einstellung, wie auch die Hardware, unseren Organismus für engagiertes Wachstum.

[Weitere Informationen.](#)





Erneuerbare Energie und  
Nachhaltigkeit für alle  
Mitarbeitenden.

Moderne Menschen  
benötigen Unterstützung  
im persönlichen  
Energiemanagement.

Mache hier den ersten  
Schritt, bei allen weiteren  
sind wir dir behilflich.

# FEEDBACKS.



**Sophie Goëss-Enzenberg**  
**Weingut Manincor, Südtirol**

"Franz zeigte mir gut gewählte Übungen für Geist, Körper und meine Seele, die mir den Weg zur inneren Kraftquelle öffnen. EIN MUSS für mich als Unternehmerin."



**Peter Thun**  
**Thun AG**

"Ich setzte hohe Erwartungen in dieses Betreuungsprogramm und schon in den ersten Minuten überzeugte Franz meine Mitarbeiter und mich. Präventiv handeln, um dem immer grösser werdenden Druck Stand zu halten, ist seither unsere Prämisse."



**Prof. Dr. Adrian Lussi,**  
**Universitäts-Zahnkliniken Bern**

"Es ist erstaunlich, welches Leistungspotenzial in uns schlummert, wenn wir denn richtig mit unseren körperlichen und geistigen Ressourcen umgehen. Franz weckt das Bewusstsein des Zusammenspiels von Körper und Geist."



**„Regeneration ist kein Selbstläufer,  
wie es in der Jugend einmal war.“**

## **MAG. FRANZ MÜHLBAUER**

**DER GRÜNDER DER SOLEMON AKADEMIE FÜR REGENERATION**

**Franz Mühlbauer ist internationaler Experte für Leistungserhalt und Leistungsoptimierung.**

Er betreut Unternehmen und Management, Weltmeister und Olympiasieger. Sein Spezialgebiet sind individuelle und strategische Programme, "Regeneration für Körper, Geist und Seele".



### **OLYMPIASIEGER & WELTMEISTER Stefan Kraft & Michael Hayböck**

"Regeneration und Achtsamkeit sind in der Arbeit mit Weltmeistern und Sportstars entscheidende Bausteine des Erfolgs. Diese beiden Elemente sind für jeden Menschen essentieller Bestandteil des Wohlbefindens. Franz Mühlbauer und Solemon zeigen dir dazu einen tollen Weg".

**Manager Patrick Murnig**



Wir freuen uns auf dich  
und stehen für ein erstes  
Informationsgespräch  
sehr gerne zur Verfügung.



Und so erreichst du uns:  
Franz Mühlbauer  
franz@solemon.net

Jens Schlangenotto  
jens@solemon.net

Luca Mühlbauer  
luca@solemon.net

[www.solemon.de](http://www.solemon.de)

