



Vortrag – Extremsportler Christian Schiester „Grenzen gibt es nur im Kopf !“

Samstag 23. Jänner 2010

Beginn 19:30 Volksheim Zeltweg, Schulgasse 5 - 8740 Zeltweg

Kein langweiliger Pausenfüller , sondern vielleicht der entscheidende Impuls für einen Schritt vorwärts. Christian Schiester hat sich vom Risikopatienten zum Extremläufer gewandelt, Schritt für Schritt ein „Lauf ins Leben“, so der gleich lautende Name seines Buches. Mit 20 konnte er sich nicht mehr um einen Stift bücken. Heute hat er Wüsten durchlaufen, die Antarktis bezwungen und den Dschungel überstanden – nur mit der Kraft seines Willens. In einem Multimedia-Vortrag erzählt er seine Geschichte. Und führt gleichzeitig vor, wie jeder Mensch an sich arbeiten kann. Ohne Ratschläge, ohne Trainingsplan, ohne schlechtes Gewissen! Christian Schiester schildert auf humorvolle und spannende Weise seine Abenteuer. Gleichzeitig gibt er den Anstoß für ein bewusstes und befreites Leben – mental, körperlich, beruflich und privat. Denn dafür ist es nie zu spät!

www.christian-schiester.com

www.xtrim-zeltweg.com

Kreuzer Werner - 0650/2805867