

## Das Erfolgsprogramm für ein gesundes Leben!

**Montag, 14. Juni 2010 19:30 Uhr**

Gasthaus Strobl, Dorfstr. 6, 82386 Oberhausen  
[www.gasthaus-strobl.de](http://www.gasthaus-strobl.de) Eintritt: Euro 7,00



- Jahrgang 1955
- 1997 Beginn mit dem Lauftraining
- 2001 Triathlon Langdistanz in Kulmbach  
Deutsche Meisterin
- 2005 Ironman Hawaii  
Finisherin - 13. Platz von 39 Frauen  
in der Altersklasse
- 2006 Landschafts-/Crosslauf  
(46 km) in Kempten  
Deutsche Meisterin
- 2009 Kilimanjarobesteigung (5895m)  
und Kilimanjaronarathon
- 2009 Trans-Alpine-Run  
245 km mit 15.500 Höhenmetern  
über die Alpen
- Ziel am 1. August 2010  
Immenstadt (Allgäu)  
WM im Langtriathlon  
4 km schwimmen im Alpsee  
130 km radfahren  
mit 2.000 Höhenmetern  
30 km laufen

## Vortrag mit „Iron Woman“ Heidemarie Michaelis-Steck

„Ich fühle mich wie fünfunddreissig“ – Heidemarie Michaelis-Steck ist eben erst 55 Jahre alt geworden und strahlt Vitalität, Kraft und Tatendrang aus.

Eine Frau, die weiß was sie will und erreicht, was sie sich vornimmt. Im letzten Jahr lief sie in einer Woche 245 km über 15.500 Höhenmeter.

In diesem Vortrag wird uns Heidemarie Michaelis-Steck ihre Geschichte erzählen:

Wie sie 1997 mit dem Laufen begann und 2005 beim „Ironman“ auf Hawaii eine tolle Platzierung erreichte.

- **Regelmässige Bewegung**
- **Gesunde Ernährung**
- **Hochwertige Vitalstoffe**
- **Zielorientierte  
mentale Programmierung**

so lautet die Zauber-Formel dieser  
außergewöhnlichen Sportlerin.

**Heidemarie Michaelis-Steck gibt wertvolle Tipps und praktische Anregungen, wie Sie Ihre Lebensqualität steigern können und Ihrem Körper und Ihrem Geist das geben, was ihm gut tut.**

Ganz egal, ob Sie bereits Sport treiben oder noch am Anfang Ihrer „Gesundheitskarriere“ stehen:

Jeder, der erkennt, daß er seine Gesundheit selbst in der Hand hat und bereit und offen ist, aktiv zu sein, wird vom Erfahrungsschatz dieser erstaunlichen Frau profitieren!

Organisation Information Kartenvorverkauf

**Gesundheit Vitalität Lebensfreude**

**Sabine Mühlbauer**

Heilpraktikerin

*Klassische Homöopathie*

*metabolic balance®*

*Vitalstoffberatung*

*Vorträge / Therapeutenfortbildung*

Kirchstraße 20 82389 Böbing

**Telefon 08867-8358**

sabine-muehlbauer@freenet.de

[www.genuine-homoeopathie-seminare.de](http://www.genuine-homoeopathie-seminare.de)