michi
DEIN LONGEVITY BUDDY

DEIN PERSÖNLICHER

# Big5-Kompass

**Finde heraus, was für dich wirklich den Unterschied macht.**

Wo stehst du bei deinen Big5 für Gesundheit, Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Langlebigkeit?

**Welche kleinen Veränderungen bringen dich persönlich weiter?**

Gemeinsam entdecken wir deine wichtigsten Hebel und entwickeln smarte Micro Habits, die zu dir und deinem Alltag passen.

## Das bekommst du:

**01** **60 Minuten persönlicher Big5-Dialog**
Auf Augenhöhe. Ganzheitlich. Individuell.

**02** **Dein Big5-Kompass als PDF**
Mit Standortbestimmung und konkretem Umsetzungsplan.

**03** **20 Minuten Follow-up nach vier Wochen**
Reflektieren, nachjustieren, dranbleiben.

## Mehr Klarheit. Weniger Aufwand.

*Kleine Veränderungen mit großer Wirkung.*

**249 Euro** inkl. MwSt. **Jetzt buchen**