

**Buch-Vernissage**

Dr. Christian Larsen und Claudia Larsen

# look@yourself – work@yourself

Mit einer gesunden Körperhaltung zum perfekten Auftritt – Lifestyle und Gesundheit

Gesichtsausdruck und Körperhaltung sind das Erste, was wir bei anderen Menschen wahrnehmen.  
Das Buch Körperhaltungen analysieren und verbessern: look@yourself – work@yourself beschäftigt sich mit der Frage:

„Was sagt meine Körperhaltung über mich aus?“

Der Arzt und Erfolgs-Autor Dr. Christian Larsen und die Fotografin und Künstlerin Claudia Larsen analysieren Körperhaltungen von Kopf bis Fuß unter medizinischen und ästhetischen Gesichtspunkten. Den Blick für den eigenen Körper schulen, darum geht es im ersten Teil des Buches unter der Überschrift look@yourself.

Im Anschluss daran vermitteln sie einfache Tipps und Tricks, wie unvorteilhafte Haltungsmuster korrigiert und im Alltag wirkungsvoll in intelligente Bewegung umprogrammiert werden können. Mit geschultem Blick geht es nun an die Verbesserung des eigenen Auftretts. Jetzt heißt es work@yourself.

Das Autorenteam und der TRIAS Verlag Stuttgart laden Sie herzlich zur Vernissage ins Seehotel Sonne nach Küsnacht bei Zürich ein.



## Buch-Vernissage

Donnerstag, 11. September 2008, 19.30 Uhr  
Seehotel Sonne, Küsnacht bei Zürich

18.30 Uhr Türöffnung

19.30 Uhr Begrüßung

19.35 Uhr look@yourself – von der Blickdiagnose zum perfekten Auftritt

20.20 Uhr work@yourself – das Prinzip der Bewegungsintelligenz im Alltag

20.30 Uhr Performance – Eva Hager-Forstenlechner

20.45 Uhr Live-Demonstration, bewegte Fragen und bewegende Antworten

21.00 Uhr Apéro



look@yourself – work@yourself

## Buch-Vernissage Donnerstag, 11. September 2008, 19.30 Uhr Seehotel Sonne, Seestrasse 120, Küsnacht bei Zürich

Keine Anmeldung erforderlich. Türöffnung: 18.30 Uhr

Es wird empfohlen mit den öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen oder die Parkplätze beim Bahnhof Küsnacht zu benutzen.

### Kontakt für Rückfragen:

Catrin Pflöschner  
Thieme Verlagsgruppe/TRIAS Verlag  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Rüdigerstr. 14 · D-70469 Stuttgart

Tel.: 0049 711 89 31-354  
Fax: 0049 711 89 31-167  
Catrin.Pfloeschner@thieme.de

[www.lookatyourself.ch](http://www.lookatyourself.ch)

\_\_\_\_\_ Ich kann leider nicht teilnehmen, bitte lassen Sie mir Informationsmaterial zu dem Buch Körperhaltungen analysieren und verbessern: [look@yourself – work@yourself](mailto:look@yourself-work@yourself) zu kommen.

\_\_\_\_\_  
Vorname

\_\_\_\_\_  
Name

\_\_\_\_\_  
Straße

\_\_\_\_\_  
PLZ/Ort

\_\_\_\_\_  
Telefonnummer

look@yourself – work@yourself