ATHLETES

© Milco Linssen Premium Living | All rights reserved.

ZERO™ ZONE SLEEP

WIN VAN JE GEDACHTEN

ZET SLAAP OM IN PERFORMANCE

MILCO LINSSEN

Masterclass SLAAP JE FIT

87%

van winnen bestaat uit
Mental toughness.

Nieuwe onderzoeken laten zien dat slaap maar voor een deel bestemd is om fysiek op te laden. Sterker: na een paar uur slaap ben je fysiek alweer vrij aardig 'op de been'.

SLAAPKWALITEIT = PERFORMANCE

Mentaal is dat totaal omgekeerd. Daar bepaalt de mate van doorslapen je mentale kracht. Oftewel hoe dieper en hoe langer je doorslaapt (aan één stuk) hoe sterker je mentaal oplaadt.

SLAAPKWALITEIT = VITALITEIT

De Masterclass ‚Slaap je fit', geeft in 1,5 uur een praktisch handvat over hoe je baas wordt over je slaap met een winnende mindset

Resultaat: elke dag volledig opgeladen opstaan met fysieke & mentale kracht.

1. Wat heeft in welke mate invloed op je slaap? Hiermee kunt je het juiste doen en reken je af met fabels.
2. Hoe krijg je gedachten, instant, tot rust?
3. Hoe blijf je weg bij nadenken = slapen in je ZERO ZONE.

Boek deze unieke Masterclass

Optioneel
- Online self service programma.
- Gratis follow up.

www.deslaapcode.nl

De echte oplossing

Het echte slaapprobleem zijn je gedachten. 80% van wakker liggen komt door nadenken, 20% al het andere.

Echter 100% van de reguliere slaapadviezen gaat over die 20% (de 'drink geen koffie' lijstjes); je hebt er dus weinig aan. De enige manier om (door) te slapen is wegblijven bij nadenken.