

FITNESS

Michael Draksal

# 100 VERDAMMT GUTE Fragen

Das nächste Level für Deine **Gesundheit**



**FITNESS**

Michael Draksal

**100** **VERDAMMT**  
**GUTE**  
**Fragen**



[www.verdammt-gute-fragen.de](http://www.verdammt-gute-fragen.de)

# JETZT BIST DU GEFRAGT!



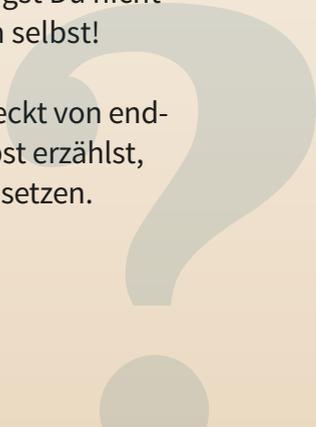
Du willst endlich Antworten?  
Für gute Antworten braucht es gute Fragen.  
Wer auf der Suche nach lebensverändernden  
Antworten ist, der braucht ...

## **VERDAMMT GUTE FRAGEN!**

Wenn Du schon viel zu lange bei anderen nach Antworten und Lösungen suchst und dafür Unsummen von Geld aus gibst – warum fragst Du nicht endlich jemanden, der wirklich weiß, was Du brauchst? Dich selbst!

Du hast die Antworten, die Dich weiterbringen.

Doch oft genug liegt diese Essenz tief in Dir vergraben, zugedeckt von endlosen Ausreden und Ausflüchten. Geschichten, die Du Dir selbst erzählst, warum es nun mal nicht möglich ist, Veränderung in Gang zu setzen.



Deshalb stellt dieses Buch Fragen. Ausschließlich Fragen. Aber solche, die es in sich haben. Die Dein Weltbild ins Wanken bringen und einen persönlichen Erdbeben auslösen können. **Deshalb sei an dieser Stelle gewarnt:** Die VERDAMMT GUTEN FRAGEN sind ehrlich, provokant und unbequem. Sie zielen oft direkt dahin, wo es wehtut, legen den Finger in die Wunde, können richtig unangenehm sein.

Manchmal kommen die Fragen auch ganz unauffällig daher, scheinbar völlig harmlos. Und dann lassen sie Dich nicht mehr los. Du denkst immer wieder darüber nach.  
Findest Antworten, die Du vielleicht niemals hören wolltest. Dann kannst Du wählen: weiter wie bisher oder ins kalte Wasser springen?



Nutze die **Kraft der Fragen**,  
um eine neue Sicht auf **Deine Fitness**  
zu entwickeln.

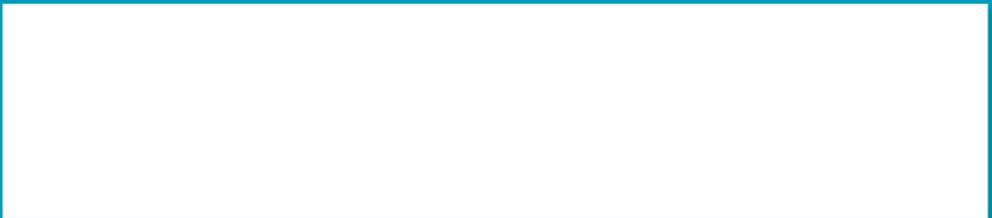
**Schluss** mit Wohlfühl-Phrasen und Kuschelkurs.  
Dieses Buch fragt Dich einfach.

Und wer könnte darauf **bessere Antworten**  
geben als **Du selbst?**

Kannst Du eine Kerze aus **50 cm Entfernung** auspusten?

Was ist Dein **wertvollster materieller Besitz**? Wie gehst Du damit um? Gehst Du so auch mit **Deinem Körper um**?

Wenn Dein Körper  
ein **Gebäude** wäre,  
was wäre er dann  
wohl am ehesten:  
ein renovierungs-  
bedürftiger Altbau?  
Ein zweckmäßiger  
**Bungalow?** Oder  
eine prächtige **Villa?**



Wie baust Du Dein Gebäude zu **Deinem Traumhaus** um?

**Von wem**  
würdest Du  
Dich gern  
sportlich  
**trainieren**  
lassen?

Was würde  
dieser Trainer  
als **Erstes zu**  
**Dir sagen?**

A large white rectangular box intended for a response, positioned below the text.