



GISELA WEITZER „KUNST ZU LEBEN“ . STRASS 10/1 . D-83125 EGGSTÄTT

Angebot
für die Gäste der Ferienwohnungen Linde, Bad Endorf

Mehr Kraft und Energie – worauf warten Sie!

I. Angebot V.I.P. Gesundheitswoche

Ganzheitliches Gesundheits-Coaching

mit Gisela Weitzer, *Kunst zu Leben*, Eggstätt



Sie möchten sich langfristig Ihre Gesundheit und Lebensqualität erhalten und steigern, sich Raum und Zeit für Ihre persönlichen Bedürfnisse nehmen.

Wir arbeiten präventiv auf ganzheitlicher Ebene. Stimmen die Coaching Inhalte auf Ihre ganz individuelle Lebenssituation und Ziele ab:

- **Selbstreflexion** (Ist-Zustand)
- **Achtsamkeit** (innere und äußere Grundhaltung)
- **Fertigkeiten** (Bewegung, Atmung, Visualisierung, Meditation, Massagetechniken)
- **Genuss** (Sensibilisierung der Sinne/ Zeit für Genuss)
- **Glück** (positive Wahrnehmung/ Einstellung und Annahme der Realität)
- **Rituale** (Gedankenhygiene, Bewegung, Selbstannahme und Eigenliebe)

Durch gezielte Entspannung von Körper, Geist und Seele lernen Sie selbst wesentlichen und nachhaltigen Einfluss auf Ihre physische und psychische Gesundheit zu nehmen.

Ein wahres „Schatzkästchen“ an wirkungsvollen Übungstechniken/ -methoden wartet auf Sie.

(Dauer 2, 5 Stunden) – Termine nach Vereinbarung

Ort:

Raum Zu Leben - Seminarräume in 83125 Eggstätt bzw. nach Absprache vor Ort bei „Ferienwohnung Linde“

Preise:

Pauschale – 1 Termin € 199.--/ 2,5 Stunden
Pauschale – 2 Termine € 249.--/ 4,5 Stunden (2,5 und 2 Stunden)

(keine Bezuschussung durch Krankenkassen)

Selbstverständlich können Sie das ganzheitliche Gesundheits-Coaching auch unabhängig von der V.I.P.- Gesundheitswoche buchen.

GISELA WEITZER „KUNST ZU LEBEN“
STRASS 10/1
D - 83125 EGGSTÄTT
TEL + 49 (0) 80 56 - 90 15 87
FAX + 49 (0) 80 56 - 90 15 89
MOBIL + 49 (0) 171 - 36 41 335

INFO@GISELAWEITZER-KUNSTZULEBEN.DE
WWW.GISELAWEITZER-KUNSTZULEBEN.DE

VR BANK ROSENHEIM-CHIEMSEE EG
BLZ 71160161, KTO 7118724