**Angebot**

In unserer hektischen Zeit mit den vielen Informationen, Anforderungen und Erwartungen, die von außen und innen auf uns einströmen, kann das eigene Leben bisweilen außer Balance geraten.

Wenn wir häufig angestrengt oder gar erschöpft sind, frische Energie brauchen

und neue Wege finden müssen, um unseren Alltag zu meistern, ist es sinnvoll, sich Unterstützung zu holen, sich ein Coaching zu gönnen.

Sie werden Entlastung spüren, Abstand gewinnen und bald neue Prioritäten setzen können. Sie werden wieder wahrnehmen, was Ihnen gut tut und Freude macht.

Sie werden kluge Entscheidungen treffen.

Mit Achtsamkeit, Humor und Wertschätzung

für das Schöne und Sinnvolle in Ihrem Leben

werden Sie Ihre Balance finden.

Dabei unterstütze ich Sie gerne.

**Leichter leben in Balance**

in Balance zwischen

Anspannung und Entspannung,

Berufs- und Privatleben,

Zeit für sich und für andere,

Bekanntem und Unbekanntem,

Körper und Seele,

Arbeit und Spiel…

**Wie wäre das für Sie?**

**GUTSCHEIN**

für eine Stunde kostenloses Coaching

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Telefon

E-Mail-Adresse

Geburtstag

Beruf

Datum, Unterschrift