

Life Coaching


Workshop für Inspiration und Genuss

Entfalte deine Visionen für 2025

Lass uns gemeinsam in einer entspannten, inspirierenden Atmosphäre die Weichen für ein erfülltes Jahr 2025 gestalten. Wir laden dich herzlich zu einem besonderen Workshop ein, bei dem du deine Visionen und Wünsche für das kommende Jahr gestaltest und genussvoll starten kannst. In diesem 3-stündigen Erlebnis erschaffen wir gemeinsam dein persönliches **Visionboard für das Jahr 2025**

Das erwartet dich:

- ✦ **Meditation:** Finde Ruhe, Klarheit und Inspiration
- ✦ **Visionboard 2025** Gestalte deine Vision und Wünsche
- ✦ **Gemeinsames Kochen nach den 5 Elementen:** Wir kochen ein winterliches Süßkartoffel-Curry — ein ausgewogenes Wintergericht, das Körper und Seele wärmt. Es ist geschmackvoll, bekömmlich, energetisch hochwertig und so abgestimmt, dass kein Heißhunger mehr aufkommt.

 **Wann:** **Samstag, 11.01.2025 von 10 Uhr bis 13 Uhr**

 **Wo:** Gesundheitszentrum Höltge im Taubenschlag

✦ **Kursleitung:** **Michaela Gerken**, Gesundheitswissenschaftlerin B.A., zertifizierte Ernährungsberaterin, zertifizierter Life Coach

 **Kosten:** 89 € (Mitglieder erhalten einen Rabatt von 10 %)

Melde dich jetzt an und sichere dir deinen Platz! – wir freuen uns auf dich!