

ZEIT FÜR MICH

ENTSPANNUNG AM ABEND

MAX. 5 TEILNEHMER

Wir starten mit einer kleinen Entspannungsübung und sprechen anschließend über Themen wie effektive Zeiteinteilung, positive Kommunikation, negative Glaubenssätze, Grenzen setzen oder über Themen aus deinem Alltag. Den Abend beenden wir mit einer Traumreise.

**Fortlaufend jeden Montag
von 19:30 - 21:00 Uhr**

Kursgebühr monatlich 120 €



Anmeldung & Informationen

Silke Meier - Mentaltrainerin

Beimoorweg 35 - 22926 Ahrensburg



info@coachingsilkemeier.com



04102-98 78 442

www.coachingsilkemeier.com