

Entspannt & fit

durch die herausfordernde **Herbst- und Winterzeit**

Regelmäßig auf seine Gesundheit und seinen Körper zu achten ist in der kalten Jahreszeit umso wichtiger! Investiere **heute** noch in deinen Körper, Geist und in deine Seele!

Darum biete ich dir, im praktischen **5er Block - 1x im Monat** eine ganz persönliche Auszeit.

**AKTIONS-
PREIS**
nur im Oktober
erhältlich!
(auf Anfrage)

Du hast die Wahl zwischen

3 Varianten:

AktivVersion

1x/ Monat 55 Min.
EinzelYoga

SmartVersion

1x/ Monat 45 Min.
AkupressurYoga

KombiVersion

3 x 45 Min. AkupressurYoga
& 2 x 55 Min. EinzelYoga

Termine frei wählbar!

Bei einer **persönlichen Potenzialanalyse** erarbeiten wir deine individuellen Bedürfnisse und dein Trainingsprogramm:

- Starker Rücken & bewegliche Gelenke
- Lebensfreude & ausgeglichene Psyche
- Wachsameres Immunsystem
- Beckenboden stärken
- Gelassen durch die Wechseljahre
- Stress & Erschöpfung positiv begegnen
- Starke Nerven & klarer Kopf
- u.v.m.

Gleich Termin vereinbaren:

+43 664 3549873

*Ich freue mich
dich begleiten zu dürfen!*

