

Personal Coaching/Training



Personal Coaching/Training ermöglicht Ihnen eine positive Lebensveränderung. In einer vertrauensvollen Arbeitsatmosphäre definieren Sie die Motivationen, Bedürfnisse und Intentionen an denen Sie arbeiten möchten. Wir begleiten Sie bei der Klärung und Realisierung Ihres Anliegens.

Im Zentrum der Lösungsstrategien stehen drei Pfeiler der Gesundheit: Bewegung, Entspannung und Ernährung.

Anwendungsgebiete:

- Stressminimierung
- Körperbeschwerden behandeln
- Konfliktlösungsstrategien kennenlernen
- Ernährungsberatung
- Trainingsberatung

Termine: nach Vereinbarung

Kosten: 120 CHF / h

Anmeldung:

Kassa Thermalquellen Brigerbad
thermalquellen@brigerbad.ch
+41 (0)27 948 48 48

Auskunft:

Michael Anderegg
info@feelfree.me
+41 (0)78 689 84 71