

BESCHREIBUNG

WANN?

flexibel, 1x pro Woche, an einem festgelegten Tag, nach Absprache

WO?

direkt bei

dir zu Hause, oder dort wo du dich wohl fühlst.

WIE?

persönliche Trainerin, sämtliches professionelles Equipment wird für die Zeit gestellt. Meditationseinheit möglich per Videokonferenz/
Whatsapp 1 flow2Be Einheit= 90 Minuten

LEISTUNGEN

- 1x Vorgespräch mit Terminabsprache und Zielführungsgespräch per Telefon
- 1x persönliches Coachinggespräch
- 1x Massage à 90 Minuten / mobil bei dir zu Hause oder an einem geeigneten Ort.
- 1x Yoga oder Tanz à 90 Minuten / mobil bei dir zu Hause oder an einem geeigneten Ort.
- 3x Meditation à 30min kombiniert oder per Video WhatsappKonferenz früh morgens oder abends
- 1x Worksheet
- 1x Tipps für einen gesunden Alltag , Buchempfehlungen

PREISE & DAUER

einmalig **516 Euro** inkl. Mehrwertsteuer, zuzüglich Kilometerpauschale in Höhe von 0,40 Cent/Kilometer (außerhalb von Dortmund), inklusive Vorgespräch zur Terminierung und Vortrag zur Zielführung.