



Personal Training | Mental Coaching



### Die Wärme des Sommers

aktiviert nicht nur unseren Körper und motiviert uns dazu sich in der Natur zu bewegen, sie regt auch zum Nachdenken an, zum Durchatmen, zum Beantworten von Fragen wie z.B. „was tut mir gut“?

Mein Angebot:

- Klientenzentrierte Beratung & Gentle Walking
- Termine nach Vereinbarung.
- Investition in die Gesundheit: 1€ pro Minute (mind. 35 Min.)

Beate Grigoleit