



## leben-selber-bewegen | INDIVIDUELL

### **Beratung | Coaching | Bewegung | Massage | Entspannung | Wahrnehmung**

Die breite Auswahl meiner Methoden bietet die Chance, Sie individuell und angepasst auf Ihre persönlichen Anliegen zu unterstützen. Im Fokus steht Ihr ganzheitliches Wohlbefinden und Ihre körperlich-geistig-emotionale Balance.

Mögliche Themen sind z.B.: funktionales und schmerzfreies Bewegen, selbständige Mobilität, Gangsicherheit, Körper & Geist in Balance, Körperhaltung, Wahrnehmung, Blockaden und Energiefluss im Körper, Lebensqualität, Lebensenergie, Lebensfreude, Veränderung annehmen – Veränderung gestalten, Ressourcen & Chancen, Beziehungen, Selbstwirksamkeit, Selbstsorge, Selbstvertrauen, Emotionen verstehen, Entspannung, Loslassen.

<b><i>im Moment sein</i></b>	1 Stunde	<b>CHF 130.-</b>
<b><i>Veränderung starten</i></b>	6 x 1 Stunde	<b>CHF 720.-</b>
<b><i>Veränderung leben</i></b>	Kurze & lange Termine innert 3 Monaten	<b>nach Aufwand</b>

Ort nach Absprache: Praxis Parkstrasse 5, 8304 Wallisellen; bei Ihnen zu Hause; via Telefon/Zoom.  
Fahrspesen: 1.- / Km

---

**044 556 70 76 | reutener@leben-selber-bewegen.ch | www.leben-selber-bewegen.ch**

Stand: 03.2023