



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.

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

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