

# Kursangebote:

## *Rundum Fit in die besten Jahre*

Es erwartet euch ein ganzheitlich buntes Programm mit **BEWEGUNG** für, **Körper, Geist und Seele**, ganz viel Spaß, Entspannung und den einen oder anderen AHA-Moment...

## *Raus aus der Harmonie-Falle*

Neigst du dazu es Anderen immer recht zu machen?  
Fällt es dir schwer, NEIN zu sagen?  
Fühlst du dich oft für Andere verantwortlich?  
Bist du oft erschöpft?...

In vertrauter Runde lernen wir dieses Muster abzumildern und neue zu erlernen.

## *„Ich mit mir“*

Gönne Dir ein paar Stündchen Zeit mit dir selbst...Ein Angebot an alle, die an Selbstfürsorge und Selbstreflektion interessiert sind.

Bei Interesse könnt ihr mich gerne für weitere Infos bzw. Termine kontaktieren.

**Neu ab 16. Mai: Jeden Donnerstag 16:00 – 17:30 Uhr offene Info-Sprechstunde zum persönlichen Kennenlernen!**

### Anmeldung bei:

Angelika Köhler

0721/9463410

[info@angelika-koehler.de](mailto:info@angelika-koehler.de)

[www.angelika-koehler.de](http://www.angelika-koehler.de)



Coaching-Lerncoaching

mit Herz und Verstand

**Wo: Walzbachtal-Jöhlingen, Jöhlingerstr. 40**