

**Erlebnis-Abende am
Di 28. Okt. 25 um 19.00 Uhr
Do 13. Nov. 25 um 19:00 Uhr**

„Auf die Plätze fertig...Ruhe“

Was tun, wenn uns wieder der hektische Alltag überrollt und die Sorgen drücken?

Dafür lernen wir schnelle, wirkungsvolle „Tricks“, um uns wieder in einen ruhigeren Zustand zu versetzen und uns langfristig mehr Gelassenheit schenken.

Mit einer Prise Humor schauen wir auch auf unsere „Work-Life-Balance“

Neugierig? Für weitere Infos könnt ihr mich gerne kontaktieren.

Anmeldung bei:

Angelika Köhler
Trainerin für Prävention &
Rehabilitation, Coach
0721/9463410
info@angelika-koehler.de
www.angelika-koehler.de



Wann: **Di 28.10.25 um 19:00 – ca. 20:30 Uhr oder**

Do 13.11.25 um 19:00 – ca. 20:30 Uhr

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

Investition: **30 Euro**

Warte nicht länger – Tue Dir mal etwas Gutes!