

BGM & Corporate Health in Ihrem Unternehmen

Impulsvorträge

- * Ein reguliertes Nervensystem als GameChanger
- * Entspannung als Schlüssel für die Gesundheit
- * Impulse zu innerer Balance
- * Motiviert und entspannt am Arbeitsplatz
- * Gesundheit durch Entspannungstechniken

Kurse & Workshops zu Entspannung und Wohlbefinden

- * Progressive Muskelentspannung - Einführung und Praxis für den Alltag
- * Impulse zu Innerer Balance
- * Einblick in div. Entspannungstechniken & einfache Übungen für jeden Tag
- * Relaxt in die Woche
- * Entspannt in den Feierabend

Planung von Gesundheitstagen, z.B. mit KlangschalenMassagen

- * Einzelsetting von 10-15 Minuten
- * Gruppensetting im Sitzen von 10-15 Minuten, auch **Team Sessions**

Klang-Pause - Die perfekte Mittagspause mit Klangentspannung



Antje Walter

Ihre Spezialistin für BGM, FührungskräfteCoaching
Mitarbeiter WellBeing & Entspannung,
Heilpraktikerin für Psychotherapie (HeilprG),
Entspannungstrainerin, Klangtherapeutin
Michael-Roiger-Weg 2, 91217 Hersbruck
Tel. 0176-51627119; E-Mail: info@sound-balance.de
Website: www.sound-balance.de

BGM & Corporate Health in Ihrem Unternehmen

Impulsvorträge

- * Ein reguliertes Nervensystem als GameChanger
- * Entspannung als Schlüssel für die Gesundheit
- * Impulse zu innerer Balance
- * Motiviert und entspannt am Arbeitsplatz
- * Gesundheit durch Entspannungstechniken

Kurse & Workshops zu Entspannung und Wohlbefinden

- * Progressive Muskelentspannung - Einführung und Praxis für den Alltag
- * Impulse zu Innerer Balance
- * Einblick in div. Entspannungstechniken & einfache Übungen für jeden Tag
- * Relaxt in die Woche
- * Entspannt in den Feierabend

Planung von Gesundheitstagen, z.B. mit KlangschalenMassagen

- * Einzelsetting von 10-15 Minuten
- * Gruppensetting im Sitzen von 10-15 Minuten, auch **Team Sessions**

Klang-Pause - Die perfekte Mittagspause mit Klangentspannung



Antje Walter

Ihre Spezialistin für BGM, FührungskräfteCoaching
Mitarbeiter WellBeing & Entspannung,
Heilpraktikerin für Psychotherapie (HeilprG),
Entspannungstrainerin, Klangtherapeutin
Michael-Roiger-Weg 2, 91217 Hersbruck
Tel. 0176-51627119; E-Mail: info@sound-balance.de
Website: www.sound-balance.de