

Vorträge/  
Workshops

Coaching

**KOMM  
LAUNE**  
**Stress-  
management**

Kurse/  
Personal Training

Nordic Walking  
(ZPP zertifiziert)

Progressive  
Muskelentspannung  
(ZPP zertifiziert)

Autogenes Training  
(ZPP zertifiziert)