

Be in Balance

In Balance kommen - Auftanken - Genießen

Gönnen Sie sich eine wundervolle Auszeit
in stilvollem Ambiente.

29. April 2022 bis 01. Mai 2022
Hotel Schloss Leitheim

Retreat-Wochenende vom 29. April 2022 bis 01. Mai 2022
im Hotel Schloss Leitheim bei Donauwörth

An diesem Wochenende bieten wir Ihnen eine Auszeit in gemütlichem Ambiente.

Schenken Sie sich Zeit zum Meditieren, Entspannen, Kraft schöpfen in der Natur und für achtsame Momente. Erleben Sie Momente der Stille und Ruhe und lassen Sie Körper, Geist und Gefühle in Balance kommen.

Wir freuen uns auf Sie!



Dunja Brand

Achtsamkeits- und
Stressmanagementtrainerin
Meditationslehrerin
ZENbo®Balance Trainerin



Katja Sima

Systemische Coachin
Achtsamkeits- und
Stressmanagementtrainerin
Meditationslehrerin

Die **Buchung** erfolgt direkt über das Hotel Schloss Leitheim.

Be in Balance

**Balance - Lebensfreude - Leichtigkeit -
Atmen - Natur**

"Alles darf sein - nichts muss sein."

Genießen Sie eine wundervolle Auszeit in
stilvollem Ambiente.

29. April 2022 bis 01. Mai 2022

Hotel Schloss Leitheim

Schloss-Straße 1
86687 Leitheim

<https://schloss-leitheim.de/>



**Ihre Coaches
Dunja Brand und Katja Sima**

Tag 1

17:30 Uhr Welcome

ca. 30 Minuten

18:00 Uhr - Entspannt in den Abend

ca. 30 Minuten

Tag 2

08:00 Uhr Sanft in den Tag

ca. 30 Minuten

10:30 Uhr - Beweglich und entspannt mit ZENbo® Balance

ca. 60 Minuten

15:30 Uhr - Kraft schöpfen in der Natur - Genussmomente

ca. 90 Minuten

20:45 Uhr - Mindful Moments

45 Minuten

Tag 3

08:00 Uhr Zeit für Stille

ca. 30 Minuten

10:30 Uhr - Farewell

ca. 45 Minuten



**Ihre Coaches
Dunja Brand und Katja Sima**



KATJA SIMA
BERATEN · COACHEN · ENTWICKELN

Rehsteig 5a - 82349 Pentenried - 089/8 77 88 99 3 - 01573/365 375 8
info@coaching-im-wuermtal.de - www.coaching-im-wuermtal.de