DER KURS "woman"

von Iris Alheidt-Pehrisch

Der Weg
in Deine Kraft!

Definition:

DER KURS "woman" richtet sich an Frauen in hormonellen Umbruchphasen wie Schwangerschaft, Wechseljahre oder Pubertät.

Inhalt:

- Zusammenhänge zw. Körper und Geist verstehen
- Hormone ins Gleichgewicht bringen
- Körperliche Symptome erkennen
- Psyche stärken
- In die weibliche Kraft kommen
- Selbstbewusstsein stärken
- Stressressistenz aufbauen
- Emotionale Balance finden
- Lebensfreude steigern
- Innere Ruhe gewinnen

Ziel:

Als Coach verstehe ich es als meine Aufgabe, gemeinsam mit den Teilnehmerinnen körperliche und seelische Herausforderungen zu erkennen und die dahinterliegenden Zusammenhänge zu erfassen.

Mein Ziel ist es, Frauen in hormonellen Phasen ganzheitlich zu stärken, sodass sie wieder in Balance kommen und sich wohlfühlen.

Damit Du in Deine Kraft kommst!

3 Monate Intensiv-begleitung

max. 7 Teilnehmerinnen

DER KURS "woman"

Laufzeit:

3 Monate mit flexibler Terminplanung innerhalb der Gruppe.

Ablauf:

Begleitendes Coaching Deiner Lebensthemen / -fragen für den Alltag:

- Wochencall in der Gruppe / 1x pro Woche / Dauer: 90 - 120 Min.
- Workshop in der Gruppe / 1x pro Monat / Dauer: 6 Stdn.
- Einzelcoaching / 2x (Termin n. Vereinbarung) / Dauer: 90 Min
- Kursindividuelles, mitwachsendes Impulsbook (PDF) zur eigenen Reflexion

- TimeWaver-Set / (Optional zubuchbar)
  (für Kursteilnehmerinnen 32,- € statt 64,- € inkl. MwSt.)
  (Detailanalyse auf mentaler und/oder körperlicher Ebene)

- Alle Themen aus dem Impulsbook werden an aktuellen Situationen aus Deinem Alltag erörtert. So, dass Du bereits während des Kurses die wichtigen und akuten Themen Deines Lebens bearbeiten kannst.

Preis inkl. MwSt.:

2.235,00 € (Ratenzahlung möglich)

Ueber mich

Seit mehr als 30 Jahren bin ich, Iris Alheidt-Pehrisch, im Bereich Coaching tätig und biete mit DER KURS exklusiven Gruppen die Gelegenheit, nicht nur ausschließlich von meiner Arbeit als Coach, sondern auch voneinander zu lernen und zu profitieren.

Alle Gruppencalls und Einzelcoachings finden Online, via Zoom, statt. Daher kannst Du von überall auf der Welt von meinen Leistungen profitieren. Auch in englischer Sprache. Geeignete Termine trotz Zeitverschiebung garantiere ich Dir. Gerne passe ich mich flexibel an.

Trotz alledem besteht natürlich auch die Möglichkeit, Vor-Ort-Termine mit mir auszumachen, wenn Dir das lieber ist. Hier bitte ich um Nachsicht. Diese Option ist nur nach individueller Absprache möglich. Vielen Dank!

Feedback

“Ich habe mich verändert und mein Außen hat sich mit mir verändert – ohne sie wäre ich nicht diejenige, die ich heute bin.“

Kontakt

Solltest Du vorab noch Fragen zur DER KURS "woman" und/oder meiner Arbeitsweise haben, beantworte ich Dir diese sehr gerne. Schreib mir!

WhatsApp: +49 (0)163 - 139 69 24
E-Mail: iris.alheidtpehrisch@googlemail.com

Auch Buchungen nehme ich über diese Wege gerne entgegen.

Ich freue mich auf Dich und die gemeinsame Arbeit.

© Copyright 2024 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung bleiben vorbehalten [Iris Alheidt-Pehrisch].