



Stress-Reset-Paket

-Entlasten-

**Wenn du dich gestresst, erschöpft oder
dauerhaft angespannt fühlst.**

- Erstgespräch ca. 30 min.
- 3 Coachings à 60 min.
- 1 Aromaölmassage 60 min.
- Übungen für den Alltag

**Dauer: 4-6 Wochen
Dein Beitrag: 499,-€**

Ziel:

- Stressauslöser erkennen
- Erste Entlastung schaffen
- Konkrete Strategien für
den Alltag entwickeln

