



Mind & Body

# Preisliste Burn-Out Prävention

## Coaching ohne Paket

- Ein Coaching á 60 Minuten
- SOS-Tipps
- Einfach umsetzbare Impulse aus dem Ayurveda
- Atemtechniken
- E-Mail Begleitung für weitere 5 Tage nach dem Termin
- 110,00 €

## Basis Paket

- 3 Termine á 60 Minuten
- Ausführliche Analyse und Auswertung
- Ermittlung Stresspotential
- Schriftliche Zusammenfassung mit individuellen Empfehlungen
- Einführung in den Ayurveda
- Routinen, Rituale und Impulse aus dem Ayurveda für den Alltag
- Erarbeitung von Zielen
- Skripte und Workbooks mit Reflexions- und Übungsaufgaben
- Persönliche Betreuung per Messenger/E-Mail
- 295,00 €

## Intensiv Paket

- 6 Termine á 60 Minuten
- Ausführliche Analyse und Auswertung
- Ermittlung Stresspotential
- Schriftliche Zusammenfassung mit individuellen Empfehlungen
- Strategien für ein besseres Zeitmanagement
- Einführung in den Ayurveda
- Routinen, Rituale und Impulse aus dem Ayurveda für den Alltag
- Erarbeitung von Zielen und Auflösen von Blockaden
- Integration von Bewegung
- Skripte und Workbooks mit Reflexions- und Übungsaufgaben
- Persönliche Betreuung per Messenger/E-Mail
- 545,00 €



Lina  
Alexandra  
Klotz

Ganzheitlicher Ayurveda Ernährungscoach  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Gesundheitsberaterin  
Betriebswirtin B.A.

mobil: 0151-26601310  
mail: [hallo@lina-klotz.de](mailto:hallo@lina-klotz.de)  
web: [www.lina-klotz.de](http://www.lina-klotz.de)

