

## Online-Event

# Wohlfühlzeit

Wieder in die Mitte kommen ~ Kraft schöpfen ~ den Alltag ausblenden ~ wohlfühlen und entspannen ...



## Programm-Idee

Eine Auszeit zur Entspannung im Hier und Jetzt. Wieder neue Kraft schöpfen und eine schöne Zeit genießen. Achtsamkeit auf sich selbst.

Paket-Nummer: 0520954

Region:	📍	Gesamt-Deutschland
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	1 - 20 Teilnehmer
Dauer:	🕒	2 Stunden
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch
Preis inkl. MwSt:	💰	ab 640,00 € pauschal

## Online-Event

# Wohlfühlzeit

Wieder in die Mitte kommen ~ Kraft schöpfen ~ den Alltag ausblenden ~ wohlfühlen und entspannen ...

## Beschreibung

In der Wohlfühlzeit bekommen Sie einen kleinen Einblick in verschiedene Entspannungsverfahren. Etwas Theorie und viel Praxis zur Entspannung.

Je nach Bedarf und Wunsch kann variiert werden.

- \* Autogenes Training
- \* Progressive Muskelrelaxation
- \* Phantasiereise
- \* Qi Gong
- \* Meditation
- \* Atemübungen etc.

## Technik

- |                                                  |                                             |                                                   |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Die meisten Plattformen | <input type="checkbox"/> Mobile Phone       | <input type="checkbox"/> PC                       |
| <input type="checkbox"/> Android                 | <input type="checkbox"/> IOS                | <input type="checkbox"/> Windows                  |
| <input type="checkbox"/> Linux                   | <input type="checkbox"/> MacOS              | <input checked="" type="checkbox"/> Zoom          |
| <input type="checkbox"/> MS Teams                | <input type="checkbox"/> Cisco WebEx        | <input type="checkbox"/> EventMobi                |
| <input type="checkbox"/> Google Meet             | <input type="checkbox"/> Hopin              | <input type="checkbox"/> Plazz                    |
| <input type="checkbox"/> Wonder                  | <input type="checkbox"/> Download notwendig | <input type="checkbox"/> Download nicht notwendig |

## Service

- |                                         |                                            |                                           |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> CO2 ausweisbar | <input type="checkbox"/> CO2 Kompensation  | <input type="checkbox"/> mit Moderator    |
| <input type="checkbox"/> ohne Moderator | <input type="checkbox"/> eigener Moderator | <input type="checkbox"/> kein Support     |
| <input type="checkbox"/> mit Support    | <input type="checkbox"/> ohne Warenversand | <input type="checkbox"/> mit Warenversand |

## Interaktion

- |                                          |                                          |                                                   |
|------------------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> niedriges Level | <input type="checkbox"/> mittleres Level | <input type="checkbox"/> hohes Level              |
| <input type="checkbox"/> jeder für sich  | <input type="checkbox"/> in Teams        | <input checked="" type="checkbox"/> alle zusammen |

## Leistungen inkl.

- virtueller Entspannungskurs

## Online-Event

### Wohlfühlzeit

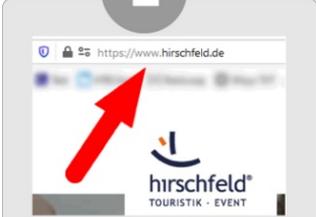
Wieder in die Mitte kommen ~ Kraft schöpfen ~ den Alltag ausblenden ~ wohlfühlen und entspannen ...

**Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können**

**www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0520954**

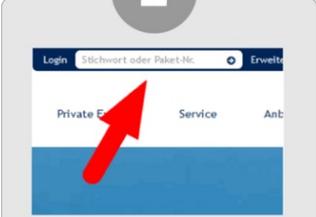


**1**



Gehen Sie zu [www.hirschfeld.de](https://www.hirschfeld.de)

**2**



Geben Sie im Suchschlitz oben rechts die Paket-Nr. ein.

**3**



Folgen Sie dem Schalter „Termin und Preis unverbindlich anfragen“