

# 1:1 Personal Coaching



Ich begleite dich auf deinem Weg zu mehr innerer Klarheit, Leichtigkeit & Balance

Ich unterstütze dich, deine Leichtigkeit wieder zu finden, deine dich störenden Verhaltensmuster zu durchbrechen und dich von emotionalem Ballast zu befreien. So kannst du deine eigene Stärke wiederfinden und die Welt wieder mit leuchtenden Augen betrachten.

Denn wieder zur Leichtigkeit zurückzukommen bedeutet, deiner Intention wieder Raum zu geben – unabhängig vom Außen. Und gerade daraus erwächst Selbstvertrauen und deine innere Stärke.

## So kann sich dein Leben durch Coaching verändern:

- ✓ Du wirst mit gestärktem Selbstwert und innerer Gelassenheit wieder mehr Leichtigkeit im Leben spüren.
- ✓ Du wirst lernen, die Herausforderungen deiner inneren Welt zu meistern und dein Gleichgewicht wieder zu finden. Denn innerer Frieden ist das Ziel.
- ✓ Du wirst mit Energie wieder dein Leben in die Hand nehmen. Gesunder Geist – gesunder Körper – innere Balance.
- ✓ Durch das Erlernen von praktischen Tools kannst du mit stressigen Alltagssituationen besser umgehen, und somit mehr Gelassenheit und Freude erleben

## Veranstalter:



**Kö.Ge.S.** – Verein für körperliches, geistiges und seelisches Wohlbefinden  
ZVR: 1040990638 – gemeinnütziger Verein

**Information und Anmeldung: [info@koges.org](mailto:info@koges.org) - [www.koges.org](http://www.koges.org)  
Dr. Doris Winkler (Psychotherapeutin und Coach) 347-8948260**

**Veranstaltungsort: Bozen und Welsberg-Taisten**

**Förderbeitrag à 60 min:**

**für Mitglieder 70,00 € (inkl. Mitgliedsbeitrag von 15,00 €)**

**für Nicht-Mitglieder 85,00 €**

Bankverbindung:  
Kontoinhaber:

IBAN: BE33 9672 6369 2846 – BIC/SWIFT: TRWIBEB1XXX – Bank: Wise - Business  
Verein Kö.Ge.S.