

# Entspannungsprogramm

*Karin Kirchmeyer*



**karin kirchmeyer**

kosmetik | entspannung | psychologische beratung

Diese Preisliste ist gültig ab dem 01. Oktober 2018. Alle vorherigen Preislisten verlieren nach diesem Datum ihre Gültigkeit.

Terminvereinbarung unter Tel.: 06078 72618 oder per E-Mail: [mail@karin-kirchmeyer.de](mailto:mail@karin-kirchmeyer.de)



# Ihre individuelle Auszeit mit maßgeschneiderten Entspannungserlebnissen

Körper, Geist und Seele in Einklang bringen – ich möchte Sie dabei unterstützen, Ihre eigenen inneren Quellen von Ruhe und Kraft zu finden.

Dafür nutzen wir mein gesamtes Können aus Wellness, Pflege und therapeutischer Beratung und begrüßen alles, was uns auf diesem Weg begegnen mag.

Ihre individuelle Auszeit vom Alltag gestalten wir je nach Thema, Zeitfenster und Bedürfnis. Beispielsweise mit diesen Elementen:

- Atemübungen
- Individuelle Aromaanwendungen und -massagen
- Fantasiereisen
- Ganz- oder Teilkörpermassagen
- Meditationstechniken
- Achtsamkeitstechniken
- Gespräch
- Schweigen und Ruhe
- Kreativität
- Bewegung
- Körperwahrnehmung
- Entspannungstechniken
- Farblichtanwendungen

Die Kosten betragen 80 Euro für 60 Minuten.

Die Behandlungszeiten lassen sich in 30-Minuten-Schritten verlängern.

---