

Frühjahr / Sommer / Herbst 2025

Termine auf Anfrage

Outdoor-Coaching

Neue Wege GEHEN

Es erwartet Dich ein wertvoller Outdoor-Tag im Allgäu. Wir sind draußen in der Natur unterwegs. An schönen Plätzen im Wald und auf dem Berg. Zeit nur für Dich!

Wir können uns Deinen Entwicklungsthemen in Ruhe widmen.



**Mache Veränderung
möglich.**

Gestalte Dein Leben.

**HER
MIT
DEM..
SCHÖNEN
LEBEN**

IRENE PRESTELE

Mein Angebot für Dich:

Neben Coaching-Einheiten zu Deinem Thema begleite ich Dich mit Übungen zu Achtsamkeit, Körperwahrnehmung und mehr Resilienz.

Durchatmen, Reflektieren, Loslassen:

Veränderung für Dein Leben selbst gestalten.

Gestärkt und mit neuen Perspektiven geht es zurück in Deinen neuen Alltag.

Dieses Angebot ist im 1:1 oder auch für Paare buchbar. Inkl. Vor- und Nachgespräch zum Ziel- und Lösungsprozess.

Treffpunkt: nach Abspr. im Ost- und Oberallgäu

Dauer: 3 - 4 Stunden plus Zeit für Reflexion

Dein Invest: 190 Euro

Zeit für Dich
und
Deine Themen!

**HER
MIT
DEM..
SCHÖNEN
LEBEN**

IRENE PRESTELE



**Dein Coachingtag in der Natur, der Dich
wirklich weiterbringt: Neue Wege GEHEN**

Unverbindliches Erstgespräch! Anfrage per
DM oder E-Mail: kontakt@irenepreステレ.de



MARKEN
PARTNER

**HER
MIT
DEM..
SCHÖNEN
LEBEN**

IRENE PRESTELLE