

FEMALE EMPOWERMENT

In meinem Trainingsprogramm für Female Empowerment unterstütze ich Mitarbeiterinnen dabei, ihre eigenen Fähigkeiten zu erkennen und weiterzuentwickeln. In Kleingruppen à 6 Frauen entsteht Raum für Resilienz, Inspiration und gemeinsames Wachstum. Die Methode funktioniert durch: Nervensystemberuhigende Übungen, geführte Meditationen und gezielten Atemübungen. Der Kommunikationsstil ist im einfachen Deutsch gehalten.

Programmdetails

- Gruppengröße: Kleingruppen à 6 Personen
- Ort: Aufenthaltsraum
- wöchentlich 2 Termine à 30 Minuten
- Gesamtpreis: auf Anfrage

Termine

nach Absprache

Information

Peter Mathis
Auf der Reute 10, 6900 Lochau
+43 681 81828713
info@petermathis.at
www.petermathis.at