



GESUND BLEIBEN.GESUND FÜHREN.GESUND KOMMUNIZIEREN

ANDREA S KLAHRE

EILENAU 10  
22087 HAMBURG

M +49.40.25491004  
MAIL@SECONDAVITA.DE  
HTTPS://SECONDAVITA.DE

## HONORARE 2018

PRIVATZÄHLER IM EINZELSETTING  
KENNENLERNEN ONLINE UND KOSTENLOS

GANZHEITLICHES GESUNDHEITSCOACHING. SYSTEMISCHES PRÆVENTIONSCOACHING  
GESUND WERDEN. GESUND BLEIBEN. GESUND FÜHREN. GESUND KOMMUNIZIEREN. LEBENSKOMPETENZEN. KRANKHEIT & KRÄNKUNG

60 90 min 200 € 270 €  
Ein Coaching-Programm mit 5 Einheiten á 60 bis 90 min ist drei Monate gültig 1.000 € bis 1.350 €  
Incl. Vor- und Nachbereitung  
Das Erstgespräch dauert 45 min. Wir finden heraus, ob und wie ich Sie bei Ihrem Thema unterstützen kann  
Das funktioniert wunderbar via Skype, Hangouts, Zoom. Vorab per Mail: Kontaktdaten und Abstimmung des Termins  
Erstgespräch 45 min

GUTER TAG ZWISCHENDURCH ALLES LOSLASSEN UND NEUE IMPULSE ERHALTEN

Aktivierende und entspannende Bewegung perfekt balanciert: Stressregulation mit Achtsamkeitsübungen, Iyengar-Yoga und Meditation  
Coaching Inhouse oder gutes Gespräch beim Spaziergang an der Außenalster  
4 Stunden á 60 min. Natürlich mit MindBodyFood 450 €

DAS KINTSUGI-PRINZIP® SCHAU AUF DEINE NARBEN UND VERGOLDE SIE

1 Tag. Beginn zwischen 10 und 12 Uhr, Ende zwischen bis 16 und 18 Uhr. Mit MindBodyFood 500 €  
Erstgespräch 45 min via Skype oder Hangouts

MIND BODY MEDIZIN-TRAINING | SELBSTFÜHRUNGS-TRAINING

10 Wochen á 2,5 Std/Woche 3.000 €  
Incl. Gesundheitsprofil. Entwicklung des individuellen Programms auf Basis Ihrer Zielvorstellungen  
Umfangreiches Material für das Selbsttraining  
Der Partner oder die Partnerin ist zu einzelnen Modulen herzlich willkommen. 1 €/min

GESPRÄCHSPRAXIS.PRAXISGESPRÄCH KOMMUNIKATIONSTRAINING FÜR GESUNDHEITSBERUFE

Ein Zyklus umfasst drei Einheiten á 180 min und ist buchbar:  
in drei Einheiten (1 Monat gültig) in Ihren oder den Hamburger Räumen  
als Tagesseminar (8 Stunden mit Pausen) in Ihren oder den Hamburger Räumen  
\*als Zweitagesseminar im Mecklenburger Gutshaus Ludorf oder Wesselstorf. Zzgl. Logis und Gutsküchenspeisegemeinschaft

1 - 2 Personen á 360 €	1.080 €
*3 - 10 Personen á 270 €	810 €

SLOW.FLOW.GLUECK INNEHALTEN BEWEGUNG KULINARIK IM GUTSHAUS

Exklusives MindBodyBalance-Programm an fantastischen Rückzugsorten, das glücklich und gesünder macht. Alle Details auf [slow-flow-glueck.com](https://slow-flow-glueck.com)

DIE ZUSAMMENARBEIT BEGINNT NACH ZAHLUNGSEINGANG  
INDIVIDUELLE ZAHLUNGSVEREINBARUNG BEIM MBM-TRAINING | SELBSTFÜHRUNGS-TRAINING  
ALLE ANGABEN ZUZÜGLICH MEHRWERTSTEUER  
TRAININGS IN IHREN RÄUMEN ZUZÜGLICH REISEKOSTEN  
FÜR WEITERE INFORMATIONEN FREUE ICH MICH VON IHNEN ZU HÖREN