



Mag. Karin Hofinger im Teamwork mit Dr. Stephan Hofinger

www.seinundwerden.at

Sonderformate für Firmen, Vereine und private Gruppen

Wir gestalten Resilienz-Tage, Achtsamkeits-Seminare, Auszeit-Tage, Yoga-Retreats &-Kurse (siehe Yoga-Angebote) und Vitalimpuls®-Events.

Resilienz-Training und Teambuilding-Seminare

Ressourcen-orientiertes Auftanken und Ausrichten mit praktischen Übungen und anregenden Impulsen für den beruflichen Alltag.

Seminarinhalte anpassbar an die Fragestellungen und Bedürfnisse der Gruppe.

Auszeit-Tage in entspannter Achtsamkeit

Yoga, Meditation, Wandern, Waldbaden und ayurvedische Verköstigung.

Loslassen und Leichterfühlen mit achtsamem Genießen drinnen & draußen.

Samstägliche Auszeit-Termine in Igls im April und November (Termine/Website)

Solche Tages-Formate sind auch exklusiv für geschlossene Gruppen buchbar:

Ort, Termin, Themenschwerpunkte und Honorar nach Vereinbarung.

Vitalimpuls®-Tage (oder Woche) mit der Kraft der Natur

Wandern, Naturgenuss, Outdoor-Erlebnisse, Wildkräuterkunde,

Yoga und Entspannung, Achtsamkeitsübungen,

Koch-Inspiration, gesunde Gaumenfreuden und inspirierendes Wissen

fördern Wohlbefinden und Lebensfreude.

Ort, Termin, Themenschwerpunkte und Honorar nach Vereinbarung

(z.B. mögliche Location: Almis Berghotel, Obernberg/Tirol)

Kontakt

Karin Hofinger, Telefon: 0699 – 10506135; karin.hofinger@vitalimpuls.com

Ort: Yogapavillion, Igls, Gletscherblick 30a (oder anderswo nach Vereinbarung)