

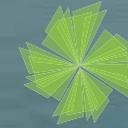
PROFESSIONELLES STRESSMANAGEMENT & YOGA



# BALANCE Retreat

Körper & Geist in Einklang bringen.  
Persönliche Ventilöffner aktivieren.  
Bewusstsein im Alltag schaffen.  
Ruhe & Entspannung finden.  
Veränderung beginnen.

LOCATION: Region Wallersee  
PREISE: Day 235.- | Weekend 495.- | Week 695.-



**Gudrun Helm, MIM** liebt und praktiziert - parallel zu Ihrer Tätigkeit als Managementberaterin und Gründerin von agite consulting & akademie & movement - seit 25 Jahren Yoga der verschiedensten Stile. In den letzten Jahren hat Gudrun ihr Yoga Know-How auf diversen Retreats im In- und Ausland wie z.B.: in Indien, La Gomera, Wien, Kärnten, Südsteiermark, Salzburg, zusätzlich intensiviert. Zuletzt hat sie sich zur Anahata (YTT 200) und 5 Elemente Yogalehrerin (YTT 100) von Peter Clifford (australischer Senior Yoga Teacher) ausbilden lassen.



**Dr. Sabine Reithofer-Reinhardt, MIM** ist leidenschaftliche Trainerin, einfühlsamer Coach, begeisternde Keynote Speakerin und erfolgreiche Managerin. Sie ist Spezialistin für die Themengebiete Zeitmanagement, Stressmanagement & Resilienz, Leadership und Change Management. 2008 gründete Sie die Dr. Reithofer Unternehmensberatung. Als Kooperationspartnerin des Marktführers im Bereich Projekt-, Prozess- und Change Management ist die zweifache Mutter für die Niederlassung im schönen Salzburg verantwortlich.