

Beispielprogramm

Basiserlebnis

Willkommen
bei deinem



InVita
Wien

15.00 - 15.30

Haltung,
Bewegung
Balance



Zimmer 1

15.30 - 16.15

Schlaf,
Ernährung
Vitalität



Zimmer 2

16.30 - 17.15

Beziehung
Kommunikation
Bedürfnisse



Zimmer 3

17.30 - 18.15

Abschlusscoaching



Zimmer 1

18.30 - 19.00

Zusammenfassung



InVita

Basiserlebnis inkludiert:

- **4 Stunden Zeit für deine Gesundheit**
- **interdisziplinäres Expert*innenteam für die Bereiche:**
 - **Haltung / Bewegung / Balance**
 - **Schlaf / Ernährung / Vitalität**
 - **Kommunikation / Beziehungen / Bedürfnisse**
- **umfassende Gesundheitsanalyse, inkl. Auswertung und Empfehlung**
- **Folgecoaching inklusive (wenn gewünscht)**
- **Getränke und Verpflegung inklusive**
- **Blut- und Stoffwechsellanalyse (optional)**