



BALANCE & BLOOM

BALANCE FINDEN. POTENZIAL ENTFALTEN. GEMEINSAM AUFBLÜHEN.

Für mehr Balance im Alltag.

Für Menschen, die wachsen wollen – beruflich & persönlich.

Wir verbinden **Körper, Geist und Herz** mit Bewegung, Entspannung und Resilienz.

Unsere Angebote bringen **frische Energie** in Ihren Arbeitsalltag und stärken das **Wohlbefinden** Ihrer Mitarbeitenden.



UNSERE ANGEBOTE FÜR UNTERNEHMEN



BEWEGUNG & YOGA

Für mehr Mobilität, Energie und ein gutes Körpergefühl.



ENTSPANNUNG & KLANG

Tief durchatmen, loslassen und neue Kraft tanken.



RESILIENZ & MENTALE STÄRKE

Innere Stärke aufbauen, Stress meistern und Ressourcen aktivieren.



KINDER & FAMILIE

Spielerisches Yoga und achtsame Angebote für Kinder & Familien.



TEAM & WORKSHOPS

Gemeinsam wachsen, vernetzen und als Team noch stärker werden.



GESUNDHEITSTAGE & INDIVIDUELLE KONZEPTE

Maßgeschneiderte Konzepte für Ihre Ziele und Bedürfnisse.

Gemeinsam stärken wir Menschen – von innen heraus.



FÜR UNTERNEHMEN, *die mehr Wert auf Menschen legen.*



Wir ergänzen uns perfekt und vereinen unsere Stärken
für ganzheitliche Angebote, die Körper, Geist und Herz
in Einklang bringen.

Für mehr Balance im Alltag.
Für Menschen. Für Teams.
Für gemeinsames Wachstum.



WENIGER STRESS – MEHR WOHLBEFINDEN

Für ausgeglichene und gesunde Mitarbeitende.



GESUNDE, AUSGEGLICHENE UND MOTIVIERTE MITARBEITENDE

Wohlbefinden steigert Energie und Leistungsfähigkeit.



STÄRKUNG DES TEAMGEISTS UND DER ZUSAMMENARBEIT

Gemeinsam wachsen und mehr erreichen.



NACHHALTIGE IMPULSE FÜR GESUNDHEIT UND ENTWICKLUNG

Langfristige Wirkung für Menschen und Unternehmen.

FLEXIBEL. INDIVIDUELL. GANZHEITLICH.

Ob kurze Impulse, Workshops oder ganze Gesundheitstage –
wir stellen gemeinsam das passende Angebot für Sie und Ihr Team zusammen.



Wir sind Balance & Bloom.



Jennifer Pritzkow

YOGALEHRERIN
REIKIMEISTERIN
KLANGSCHALEN-MEDIATEURIN

<https://jenniferpritzkow.wixsite.com/makeyouhappy-yoga>

@dieyogahexe



Stefanie Aubel

RESILIENZ COACH
KINDER YOGA LEHRERIN
MENTALTRAINERIN

<https://www.stefanie-aubel.de/>

@aubel_coaching_starke_kids



ZWEI HERZEN. VIELE KOMPETENZEN.

Ein Ziel: Menschen zum Aufblühen bringen.

