



## AYURVEDA COACHING PAKETE

### Basis-Coaching

Entdecke das Geheimnis deines inneren Gleichgewichts mit meinem 90-minütigen Basis-Coaching. Ich führe eine umfassende Konstitutionsanalyse durch und erstelle eine individuelle Auswertung, die du später nachlesen kannst.

*Als besonderes Dankeschön erhältst du einen 10 € Gutschein, der für eine wohltuende 60-minütige Massage im Wert von 89 € angerechnet wird. Tauche ein in die Welt des Ayurveda und beginne deine Reise zu Wohlbefinden und Harmonie.*

### Ayurvedisches Ernährungs-Coaching

Entdecke die Welt des Ayurveda Ernährungs-Coachings! In 60 Minuten erhältst du eine umfassende Ist-Analyse deiner aktuellen Ernährungsgewohnheiten und gemeinsam erarbeiten wir individuelle Ziele für dein Wohlbefinden. Basierend auf den Prinzipien des Ayurveda erhältst du maßgeschneiderte Ernährungsempfehlungen, die zu dir passen. Die Ergebnisse werden übersichtlich in einem PDF Dokument zusammengefasst, damit du sie jederzeit nachvollziehen kannst.

*Und das Beste: Buche jetzt das Ayurveda Ernährungs-Coaching und du erhältst einen 10 € Gutschein, anrechenbar auf eine wohltuende 60-minütige Massage im Wert von 89 €, als Belohnung für deine gesunde Reise zu einem ausgewogenen Lebensstil. Gönn dir und deinem Körper diese wertvolle Erfahrung!*

Erstberatung von 20 Minuten  
kostenfrei

Basis Coaching  
122 €

Ernährungscoaching  
122 €

Die Honorare sind bar zu entrichten.

Termine nach Vereinbarung\*. Du erreichst mich telefonisch von Montag bis Freitag.

Telefon 0151 55241016, oder per E-Mail: [mail@michaela-gohla.de](mailto:mail@michaela-gohla.de)

\*Solltest du einen Termin nicht wahrnehmen können, teil mir dies bitte bis zu 48 Stunden vor dem Termin mit. Dadurch kann der Termin anderen zur Verfügung gestellt werden. Bei späteren Absagen fällt ein Ausfallhonorar von 50 % an.

Die Gesprächstherapie ist von der Umsatzsteuer befreit nach §4 Nr.14a UStG.

Die Massagen und Coachings sind von der Umsatzsteuer befreit nach §19 UStG.



### **Ayurvedisches Aufbau-Coaching I**

Sichere dir jetzt mein ayurvedisches Aufbau-Coaching! In 60 Minuten entwickeln wir auf dich abgestimmte Routinen für deinen Morgen und Abend, sowie für Bewegung und Schlaf. Nach 4–6 Wochen biete ich dir ein 30-minütiges Folgecoaching an, um deinen Fortschritt zu evaluieren. Du erhältst eine ausführliche Auswertung als PDF. Dieses Angebot ist nur für Kunden, die bereits das Basis-Coaching absolviert haben.

*Als Bonus erhältst du einen 10 € Gutschein, der für eine wohltuende 60-minütige Massage im Wert von 89 € angerechnet wird. Gönn dir heute die ganzheitliche ayurvedische Erfahrung.*

### **Ayurvedisches Aufbau-Coaching II**

Tauche ein in das Aufbau-Coaching, das speziell auf Achtsamkeit ausgerichtet ist. In 60 Minuten wirst du von mir begleitet und lernst Achtsamkeitsübungen sowie Meditationstechniken kennen, um innere Ruhe und Präsenz zu fördern. Nach einer Zeitspanne von 4–6 Wochen biete ich dir ein 30-minütiges Folgecoaching an, um deine Fortschritte zu vertiefen. Für eine umfassende Rückmeldung erhältst du eine Auswertung als PDF.

*Als besonderes Dankeschön erhältst du einen 10 € Gutschein, der für eine wohltuende 60-minütige Massage im Wert von 89 € angerechnet wird. Gönn dir Zeit für deine innere Balance.*

### **Ayurvedisches Aufbau-Coaching III**

Entdecke das Gleichgewicht in deinem Leben mit meinem ayurvedischen Aufbau-Coaching. In einer 60-minütigen Sitzung konzentrieren wir uns auf die Bereiche Familie, Freunde, Freizeit und Arbeit, um deine Lebensqualität zu verbessern. Nach 4–6 Wochen biete ich dir ein Folgecoaching an, um deinen Fortschritt zu überprüfen.

*Als besonderes Dankeschön erhältst du einen 10 € Gutschein, der für eine wohltuende 60-minütige Massage im Wert von 89 € angerechnet wird. Gönn dir diese Auszeit für Körper und Seele!*

Aufbau-Coaching I  
187 €

Aufbau-Coaching II  
187 €

Aufbau-Coaching III  
187 €

Die Honorare sind bar zu entrichten.

Termine nach Vereinbarung\*. Du erreichst mich telefonisch von Montag bis Freitag.

Telefon 0151 55241016, oder per E-Mail: [mail@michaela-gohla.de](mailto:mail@michaela-gohla.de)

\*Solltest du einen Termin nicht wahrnehmen können, teil mir dies bitte bis zu 48 Stunden vor dem Termin mit. Dadurch kann der Termin anderen zur Verfügung gestellt werden. Bei späteren Absagen fällt ein Ausfallhonorar von 50 % an.

Die Gesprächstherapie ist von der Umsatzsteuer befreit nach §4 Nr.14a UStG.

Die Massagen und Coachings sind von der Umsatzsteuer befreit nach §19 UStG.



Michaela Gohla  
Ayurveda

### **Premium Ayurveda-Coaching**

Das Premium Ayurveda-Coaching bietet eine ganzheitliche Erfahrung über 6 Monate, bestehend aus 5 Coachings: Basis-Coaching, Ayurvedisches Ernährungs-Coaching, Ayurvedisches Aufbau-Coaching I-III. Dies beinhaltet nicht die Massagegutscheine, jedoch erhältst du während des Programms eine 90-minütige ayurvedische Massage (Abhyanga).

*Durch die Buchung des Gesamtpaketes sparst du 10 % des Preises gegenüber der Einzelbuchung. Tauche ein in die Welt des Ayurveda und gönne dir dieses einzigartige Erlebnis für Körper und Geist.*

Premium Ayurveda Coaching

992 €

Die Honorare sind bar zu entrichten.

Termine nach Vereinbarung\*. Du erreichst mich telefonisch von Montag bis Freitag

Telefon 0151 55241016, oder per Email: [mail@michaela-gohla.de](mailto:mail@michaela-gohla.de)

\*Solltest du einen Termin nicht wahrnehmen können, teil mir dies bitte bis zu 48 Stunden vor dem Termin mit. Dadurch kann der Termin anderen zur Verfügung gestellt werden. Bei späteren Absagen fällt ein Ausfallhonorar von 50 % an.

Die Gesprächstherapie ist von der Umsatzsteuer befreit nach §4 Nr.14a UStG.

Die Massagen und Coachings sind von der Umsatzsteuer befreit nach §19 UStG.