

16.  
Jul 2025

# Achtsam in den Tag - Entspannung im Garten von Muut offices

🕒 Mittwoch 7:00 Uhr

Dauer: 1 Stunde

Beginne deinen Tag bewusst - mit einer morgendlichen Entspannungseinheit im Garten von Muut Offices.

## Anmeldung

bis 12:00 Uhr am selben Tag, bei Silvia Plangg: T +43 664 111 7631

## Beschreibung

Geführte Meditationen, progressive Muskelentspannung und Fantasiereisen helfen dir, deine Sinne zu beruhigen und neue Energie zu tanken. Ideal für alle, die ihren Tag achtsam beginnen und sich eine Auszeit gönnen möchten.

**Termine:** 09., 16., 23. und am 30. Juli jeweils um 07:00 Uhr

**Ort:** Muut Offices in der Werdenbergerstraße 41, 6700 Bludenz

**Dauer:** 60 Minuten

**Kosten:** 20,00 Euro in bar

**Hinweis:** Die Entspannungseinheit findet nur bei guter Witterung statt.

**Anmeldung erforderlich:** [office@silvia-pferdecoaching.com](mailto:office@silvia-pferdecoaching.com) oder per 0664 111 7631

## Hinweis

Die Entspannungseinheit findet nur bei guter Witterung statt.

## Informationen zur Anreise

**Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln:**

diverse Stadt- und Landbusse, Haltestelle "Bludenz Postamt" oder "Bludenz Postkreuzung". Die genauen Verbindungen können unter [www.vmobil.at](http://www.vmobil.at) gesucht werden. Mit der Brandnertal, Bludenz, Klostertal Gästekarte und mit der Gästekarte

Premium ist die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln kostenlos.

## Ausrüstung

Komme in bequemer Kleidung, bring Dein Lieblingskissen und eine feine Decke mit.

## Preis Information

€ 20,00 pro Person



### Veranstaltungsort

**Bludenz**

[+43 664 11 17 631](tel:+436641117631)

[office@silvia-pferdecoaching.com](mailto:office@silvia-pferdecoaching.com)



### Veranstalter

**Pferdegestütztes Coaching**

[+43 664 11 17 631](tel:+436641117631)

[office@silvia-pferdecoaching.com](mailto:office@silvia-pferdecoaching.com)

## Weitere Termine

**Datum**

16.07.2025

**Uhrzeit**

07:00 Uhr

**Datum**

**Uhrzeit**

23.07.2025

07:00 Uhr

30.07.2025

07:00 Uhr