

TWIST BRAIN **AND** BODY

Verena Hoffmann · PCC, ICF Professional Certified Coach

Somatisches 1:1 Coaching für Menschen, die mit Kopf und Körper denken.

Der Reset - € 525

- 3 × 60-min 1:1 Coaching-Sessions (online)
- WhatsApp-Support zwischen den Sessions
- Individuelle Online-Toolbox mit Übungen, Notizen & Ressourcen – auf dich zugeschnitten
- Raum, um zu sortieren, was wirklich los ist
- Von Zweifeln, Entscheidungen, Stress → zu Stabilität & Fokus

Am Ende des Monats hast du mehr Klarheit, mehr Stabilität und ein klares Gefühl dafür, ob und wie du weitermachen willst.

Less OM. More You. Gönn dir 3 Monate

- 6 × 60-Min-1:1-Sessions (ca. alle zwei Wochen)
- WhatsApp-Support zwischen den Sessions
- Deine Online-Toolbox, individuell angepasst und im Prozess erweitert
- Check-in zur Halbzeit und zum Abschluss

350 € net/ Monat

Stay Steady. Nimm dir 6 Monate Zeit

- 12 × 60 Minuten 1:1 Coaching (online, alle zwei Wochen)
- Optionale Sessions vor Ort in Berlin auf Anfrage
- WhatsApp-Begleitung zwischen den Sessions
- Deine Online-Toolbox, individuell angepasst und im Prozess erweitert
- Check-in zur Halbzeit und zum Abschluss
- Kostenloser Aliveness Audit
- Kostenloses Workbook „Meine persönliche Geschichte“

350 € net/ Monat

Neugierig? Fragen? Klär es in einem Intro Call.

twistbrainandbody.com • verena@twistbrainandbody.com

ADHD Friendly Coaching

Optional für neurodivergente Köpfe und die, die Dinge auch über den Körper verstehen:

- Themen Klärung
- Bewegung für Fokus, Flow & Selbstregulation
- Danach: gesprächsbasiertes Coaching für Klarheit, Entscheidungen & Grenzen

