

DIR GEHT'S GUT, ODER?

ZWEIFEL WIRD ENTSCHEIDUNG. STRESS WIRD STABILITÄT. ÜBERFORDERUNG WIRD FOKUS.

Nach außen leistungsstark. Innerlich am Ausbrennen?

Die alte Struktur, die dich gehalten hat, bröckelt. Die neue ist noch nicht da.

Mir ging's auch so, bis nichts mehr ging. 16+ Jahre in Events, Startups und HR, plus mein eigenes Burnout, haben mir gezeigt: nur denken bringt hier nichts. Wir arbeiten mit deinem Nervensystem, damit dein nächster Schritt DEINE Entscheidung ist, nicht dein altes Muster. Oder in vier Schritten: **Konfetti → Klarheit → Kapazität → Action**

ADHS-freundliches Coaching für leistungsstarke Menschen im Umbruch.

"Neben einer Psychotherapeutin habe ich in Verena eine kompetente, herzliche, empathische Coachin gefunden. Mit ihr habe ich viele wichtige Erkenntnisse und neue Herangehensweisen erarbeitet." — Corinna H., CEO

THE RESET - € 595 net

Komm ins Handeln und mach deinen nächsten Schritt

- 3 x 60 min, online
- WhatsApp support zwischen den Sessions
- Deine individuelle Toolbox

Mach innerhalb von 4 Wochen weiter: 595€ werden aufs Paket angerechnet.

Less OM. More You • 3 Monate

Runterkommen, DEINE Richtung finden

- 6 x 60 Min (alle 2 Wochen)
- WhatsApp-Support + deine Toolbox
- Halbzeit- und Abschluss-Check
- Vor Ort in Berlin auf Anfrage

350 € net/ Monat

Stay Steady • 6 Monate

Runterkommen, Richtung, Rock'n'Roll

- 12 x 60 Min 1:1 (alle 2 Wochen)
- Alles aus Less OM. More You.
- Aliveness Audit
- Workbook „Meine persönliche Story“

330 € net/ Monat



Verena Hoffmann

ICF PCC Coach • Yoga Teacher •
Event & HR Manager

verena@twistbrainandbody.com
[twistbrainandbody.com](https://www.twistbrainandbody.com)

Interesse oder Fragen?

Buch den Fit Call ↗