

09.  
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. Die Pferde befinden sich in der Nähe, jedoch in einem separaten Bereich. Die Teilnahme ist daher für alle möglich, auch ohne direkten Kontakt mit den Pferden.

## Informationen zur Anreise

**Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln:**

Landbus 720, Haltestelle „Bings Alfenzbrücke/Stallehr“, danach 10 min Fußweg. 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

mit Gästekarte:

€ 20,00 pro Person

ohne Gästekarte:

€ 25,00 pro Person



### Veranstaltungsort

**Bludenz**

+43 664 11 17 631

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



### Veranstalter

**Pferdegestütztes Coaching**

+43 664 11 17 631

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

## Weitere Termine

Datum	Uhrzeit
09.07.2025	07:00 Uhr
16.07.2025	07:00 Uhr
23.07.2025	07:00 Uhr
30.07.2025	07:00 Uhr