


BLOOM

Mehr du. Mehr Leichtigkeit. Mehr Freude.

Das ganzheitliche Programm für dich.
Mit Coaching, Yoga und Meditation.



**Das Programm mit Tiefe.
von Frau zu Frau**

**Du säst heute den Samen
deines künftigen Ichs.**

BLOOM

Mehr du. Mehr Leichtigkeit. Mehr Freude.

Ein achtsames Programm für Frauen, die sich bewusst Zeit und Raum schenken möchten, um sich mit ihren Bedürfnissen, Themen und Träumen auseinanderzusetzen.

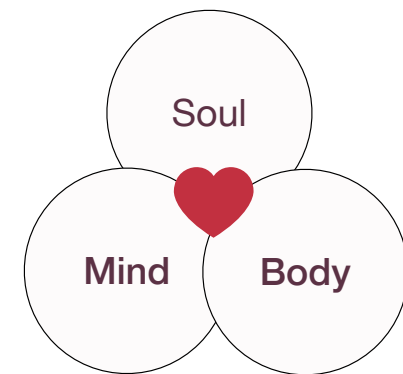
Mit Coaching, Yoga, Meditation und Community begleite ich dich während mehreren Monaten Schritt für Schritt auf deinem Weg zu mehr Klarheit, innerer Balance und persönlichem Wachstum.

Einzelne Coachings können bereits viel bewirken – dieses Programm geht tiefer. Durch die kontinuierliche Begleitung entsteht nachhaltige Veränderung und Raum, dein Leben bewusster und authentischer nach deinen eigenen Werten auszurichten.

Du stärkst die Verbindung zu dir selbst, findest neue Kraft und bringst mehr Freude und Leichtigkeit in dein Leben – mit positiver Wirkung auf dein gesamtes Umfeld.

Das Programm verbindet feste Elemente mit Raum für Individualität, damit du deinen Weg in deinem Tempo gehen kannst.

www.lailacoaching.com



Harmonie — mehr Freude und Leichtigkeit im Leben.

Bloom.

Mehr du. Mehr Leichtigkeit. Mehr Freude.

Das Programm wird in zirka sechs Monaten durchlaufen.
Einstieg ist jederzeit möglich. CHF 3150.-

Coaching Block 1

Auslegeordnung

Klarheit über Ist- und
Soll-Situation

3 Einzelcoachings à 60
Minuten individuelle
Termine

Community Calls

Du bist nicht allein.
90 Minuten Inputs und
Austausch,
Donnerstagabend, alle
zwei Wochen

One day Retreat Auszeit am Bergsee

Reflektieren, Bewusst werden,
Wachsen– mit Yoga, Coaching
und in Verbindung mit anderen
Frauen. Live im
Glernerland

3 x Yoga Sessions

Drei Programme für
Zuhause lernen.
Morgenflow, Eveningflow.
Breathwork
diverse Termine,
donnerstags, Zürich

Coaching Block 2

Bewusstsein & Innerer Kompass

Orientierung und innere
Ausrichtung

3 Einzelcoachings à je 60
Minuten während zirka 6
Wochen, individuelle
Termine

Coaching Block 3

Visionen & Veränderung

Mit dem Blick nach Vorne,
nachhaltige Veränderungen
vollziehen.

2 Einzelcoachings à je 60
Minuten während zirka 6
Wochen, individuelle
Termine

Meditation

Stille im Kopf.
Klarheit im Herzen.
Montag bis Freitag
während 4 Wochen
Online in der
Gruppe

**Deine Reise
beginnt hier**

laila@lailacoaching.com

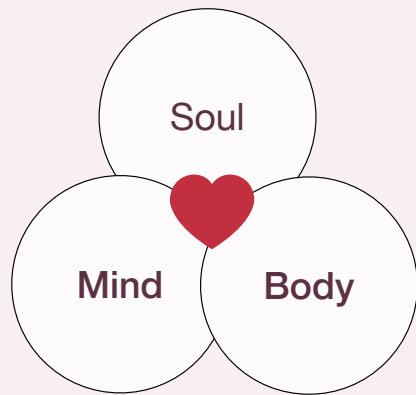
Ich bin Laila Müller Boonya – Coach, Yogalehrerin, Meditationstrainerin, Mutter und Unternehmerin. Ich begleite Frauen, die sich bewusster mit sich selbst verbinden, ihren eigenen Weg klarer auslegen um mehr Harmonie, Freude und Balance in ihr Leben bringen möchten. Präsent, empathisch und mit grossem Vertrauen begleite ich dich auf deinem Weg.

Ich freue mich von dir zu hören.

Laila



Infos und Anmeldung
laila@lailacoaching.com



**Fördere die
Harmonie von
Body, Mind und
Soul für mehr
Leichtigkeit und
Freude im Leben.**

laila Coaching
Coaching & Yoga von Frau zu Frau

Infos und Anmeldung
laila@lailacoaching.com