

Autogenes Training

Was ist Autogenes Training?

Das Autogene Training nach Prof. J.H. Schulz bietet als wissenschaftlich anerkannte Entspannungsmethode eine Möglichkeit, alltäglichen Belastungen wie:

- Stress
- Schlafstörungen
- Nervosität
- Konzentrationsstörungen
- Tinnitus
- Überforderungen in Beruf & Alltag
- Verspannungen entgegen zu wirken.

Sie lernen unter fachlicher Anleitung, schrittweise diese Entspannungstechnik, um sie gezielt und bewusst anzuwenden.

- ▶ **Qualifizierte Anleitung:** Lucie Marmulla
- ▶ **Wann ?** Ab 12.08.2019 montags um 19:15Uhr
- ▶ **Kursgebühr** 10 Einheiten a 60 min. = 93,00€

Von sämtlichen gesetzl. Krankenkassen anerkannt. Bei einer Teilnahme von mindestens 8 Einheiten bekommen Sie 80% der Kursgebühr von Ihrer Krankenkasse zurück erstatten.

Autogenes Training

Was ist Autogenes Training?

Das Autogene Training nach Prof. J.H. Schulz bietet als wissenschaftlich anerkannte Entspannungsmethode eine Möglichkeit, alltäglichen Belastungen wie:

- Stress
- Schlafstörungen
- Nervosität
- Konzentrationsstörungen
- Tinnitus
- Überforderungen in Beruf & Alltag
- Verspannungen entgegen zu wirken.

Sie lernen unter fachlicher Anleitung, schrittweise diese Entspannungstechnik, um sie gezielt und bewusst anzuwenden.

- ▶ **Qualifizierte Anleitung:** Lucie Marmulla
- ▶ **Wann ?** Ab 12.08.2019 montags um 19:15Uhr
- ▶ **Kursgebühr** 10 Einheiten a 60 min. = 93,00€

Von sämtlichen gesetzl. Krankenkassen anerkannt. Bei einer Teilnahme von mindestens 8 Einheiten bekommen Sie 80% der Kursgebühr von Ihrer Krankenkasse zurück erstatten.

Autogenes Training

Was ist Autogenes Training?

Das Autogene Training nach Prof. J.H. Schulz bietet als wissenschaftlich anerkannte Entspannungsmethode eine Möglichkeit, alltäglichen Belastungen wie:

- Stress
- Schlafstörungen
- Nervosität
- Konzentrationsstörungen
- Tinnitus
- Überforderungen in Beruf & Alltag
- Verspannungen entgegen zu wirken.

Sie lernen unter fachlicher Anleitung, schrittweise diese Entspannungstechnik, um sie gezielt und bewusst anzuwenden.

- ▶ **Qualifizierte Anleitung:** Lucie Marmulla
- ▶ **Wann ?** Ab 12.08.2019 montags um 19:15Uhr
- ▶ **Kursgebühr** 10 Einheiten a 60 min. = 93,00€

Von sämtlichen gesetzl. Krankenkassen anerkannt. Bei einer Teilnahme von mindestens 8 Einheiten bekommen Sie 80% der Kursgebühr von Ihrer Krankenkasse zurück erstatten.

Anmeldung unter: Therapiezentrum am Rüscher GmbH
Rüscherstr. 3-5, 31840 Hess. Oldendorf
Tele: 05152/ 528518
E-Mail: tzamruesch@t-online.de

Anmeldung unter: Therapiezentrum am Rüscher GmbH
Rüscherstr. 3-5, 31840 Hess. Oldendorf
Tele: 05152/ 528518
E-Mail: tzamruesch@t-online.de

Anmeldung unter: Therapiezentrum am Rüscher GmbH
Rüscherstr. 3-5, 31840 Hess. Oldendorf
Tele: 05152/ 528518
E-Mail: tzamruesch@t-online.de