

Entspannungskurs Autogenes Training

In einem achtwöchigen Einführungskurs „Autogenes Training“ lernen Sie sich zu entspannen und persönliche Stressbewältigungsstrategien zu entwickeln. In einer entspannten Atmosphäre und einer Gruppe von max. 8 Teilnehmern befassen wir uns mit unseren persönlichen Zielen, um langfristig zu einer ausgewogenen Life-Balance zu finden.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.life-balance-sb.de oder telefonisch unter: 0162/9653763.



Entspannungskurse |
Autogenes Training
Meditation
Fantasiereisen
Stressmanagement |
Coaching |



Sandra Bartolozzi

Coach / Entspannungstrainer
Tel.: 0162/9653763
42697 Solingen

