



Gesundheitspraxis Sandra Würth, Flurweg 1, 5035 Unterentfelden

Kursangebot

Autogenes Training - Grundkurs im Einzeltraining

Vorteile des Einzeltrainings

Der Grundkurs kann in kurzer Zeit absolviert werden, die Lektionen (Tag/Zeit) sind frei wählbar.

Ziel

Die leicht zu erlernende Entspannungsmethode bietet vertiefte Erholung in kurzer Zeit. Mit wenig Aufwand gewinnen Sie Ruhe und Gelassenheit.

Kosten pro Lektion Fr. 120.--
Lektionen à 60 Minuten inkl. Kursunterlagen

Ort: Gesundheitspraxis Sandra Würth, Flurweg 1, 5035 Unterentfelden

Refresher-Kurs Autogenes Training

Dieser Kurs richtet sich an Personen welche das autogene Training bereits anwenden aber nicht mehr ganz genau wissen wie es geht

Kosten für den Refresher-Kurs Fr. 120.--

Freitag, 23. März 2018 19.00h bis 20.00h

Ort: Gesundheitspraxis Sandra Würth, Flurweg 1, 5035 Unterentfelden

Je nach Krankenkasse können die Kosten für das autogene Training über die Zusatzversicherung abgerechnet werden.

Meditationsreise zur Entspannung

Zur Ruhe kommen – wohlfühlen – Kraft tanken

Freitag, 02. März 2018 18.30h bis 19.30h

Freitag, 27. April 2018 18.30h bis 19.30h

Freitag, 25. Mai 2018 18.30h bis 19.30h

Freitag, 22. Juni 2018 18.30h bis 19.30h

Kosten pro Meditation Fr. 25.--

Ort: Gesundheitspraxis Sandra Würth, Flurweg 1, 5035 Unterentfelden

Bei Fragen stehe ich jederzeit gerne zur Verfügung.

Anmeldungen sind via Kontaktformular oder Anruf unter 079 297 98 81 möglich.