



Neue Energiequellen für Ihren Alltag

Entspannungskurse

Sie möchten weg vom Stress und hin zur Balance?

Sie möchten entspannen und Kraft tanken?

Sie möchten durchatmen und zur Ruhe kommen?

Entdecken Sie verschiedene Entspannungstechniken wie Phantasiereisen, Autogenes Training, Meditation, Progressive Muskelentspannung, Eutonie, Klopftechniken, Atemarbeit, Achtsamkeit, sowie die Original Bowen Technik.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Entspannungspädagogin Kristiane Kusterer

Mitglieder 27 € – Nichtmitglieder 54 €

ab 07.03.2019 (6 x) donnerstags 19.45 - 21.00 Uhr

Kursnummer 19003

jeweils im TV-Kursraum, Garbenteicher Str. 2

Verbindliche Anmeldung bis jeweils eine Woche vor Kursbeginn per Mail an buero@tv1860lich.de verbunden mit Überweisung der Kursgebühr auf das Konto des TV 1860 Lich e.V.

VB Mittelhessen, IBAN DE77 5139 0000 0074 0189 04.

Verwendungszweck: **Kursnummer + Name des Teilnehmers**