



Präventionskurs

ENTSPANNUNGSTRAINING **OFFENE GRUPPE** Einstieg jederzeit möglich zum Kennenlernen für Alltag und Beruf

Anwendung von Entspannungsverfahren in der Praxis wie,
Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung,
Achtsamkeitsübungen sowie Kurzentspannungsübungen für
Alltag und Beruf.

TERMINE & KOSTEN	auf Anfrage
ORT	Praxis für PSYCHOSOZIALE BERATUNG
ANMELDUNG	info@beratungstraining.at
	T + 43 0650 / 91 22 915
EINHEIT	Einheit a´75 Minuten
	einzelne Einheiten sind individuell, zeitlich buchbar

Ich freue mich auf Ihr Kommen!

Karin Mittelberger-Waibel

PRAXIS für PSYCHOSOZIALE BERATUNG
Karin Mittelberger-Waibel
Bäumlestraße 24
6973 Höchst, Österreich
T +43 (0) 650 91 22 915
E info@beratungstraining.at
H www.beratungstraining.at

