



Präventionskurs

ENTSPANNUNGSTRAINING

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	8 Einheiten à 75 Minuten

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

