



Präventionskurs

PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG

nach Jacobson

Progressive Muskelentspannung bzw. Muskelrelaxation PMR nach Jacobson ist ein langjährig erprobtes und gesundheitsförderndes Entspannungsverfahren. Die Zielgruppe sind Menschen jeden Alters, die bereit sind täglich ein paar Minuten Zeit für Entspannung und Wohlbefinden aufzubringen.

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

