

Seminar Entspannungstechniken

Hier erlernen Sie verschiedene Entspannungstechniken, die Sie nach erfolgreicher 2-tägiger Teilnahme befähigt, diese Techniken selbst durchzuführen.

Folgende Entspannungstechniken werden vermittelt:

- Autogenes Training
- Fantasiereisen
- Progressive Muskelentspannung (PME)

Inklusivleistungen:

- Umfangreiche Seminarunterlagen
- Kaffee, Tee und Wasser

Minimale Teilnehmerzahl: 4 Teilnehmer

Maximale Teilnehmerzahl: 8 Teilnehmer

Bitte bringen Sie zu diesem Seminar eine Matte (Yogamatte, Sportmatte) mit.

Preis: 990,00 € pro Person für das Wochenendseminar

Seminarzeiten: Samstag und Sonntag jeweils 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr inklusive Pausen

Sollten Sie zusätzlich ein Hotelzimmer benötigen, nehmen wir gerne die Reservierung für Sie vor. Die Kosten werden vom Teilnehmer getragen und sind nicht in dem Seminarpreis enthalten.

Wir bieten dieses Seminar auch als Inhouse Seminar an. Bei Interesse melden Sie sich gerne telefonisch oder per Mail bei uns.

Termine: 25.+26.02.2023 Hamburg

25.+26.02.2023 Bremen

22.+23.04.2023 Frankfurt

20.+21.05.2023 Köln

21.+22.07.2023 Berlin

