



Ihr individueller Weg zu mehr Entspannung und Gesundheit

Entspannungsangebote

- ◆ Autogenes Training
- ◆ Progressive Muskelentspannung
- ◆ Stressmanagement
- ◆ Qigong
- ◆ Meditation

Bewegungsangebote

- ◆ Pilates
- ◆ Nordic Walking

Coaching für Gesundheit und Beruf

Leistungen

- ◆ Alle zwei Monate neuer Kursbeginn
- ◆ Unterricht in kleinen Gruppen
- ◆ Einzelstunden nach Vereinbarung
- ◆ Kurse auch für Kinder
- ◆ Spezielle Angebote für Firmen

80% Krankenkassenbezuschung!

Vorkenntnisse nicht erforderlich