

Präventionskurse Halbjahrestermine 1 / 2019

ZENTRALE
PRÜFSTELLE
PRÄVENTION

Entspannen kann man lernen

Ich bieten Ihnen dazu
Kurse für Gruppen
oder Einzelpersonen
an.

Autogenes Training
nach Schultz und
Progressive
Muskelentspannung
nach Jacobson
sind die bewährtesten
Methoden und
beide sind gut und
alltagstauglich
erlernbar.

Aktiv gegen Stress , ein
Trainingsprogramm zur
Bewältigung des
alltäglichen und
wiederkehrenden Stress

Autogenes Training

Uerdingerstrasse 463 a
18:00 – 19:00 Uhr
Mittwoch 23. Januar - 13. März
8 Abende 60 min 95,00 €



Progressive Muskelentspannung

Uerdingerstrasse 463 a
19:30 – 20:30 Uhr
Mittwoch 23. Januar - 13. März
8 Abende 60 min 95,00 €

Aktiv gegen Stress

Kölner Strasse 552
18:30 – 20:00 Uhr
Dienstag 05. Februar – 9. April
10 Abende 90 min 190,00 €

Progressive Muskelentspannung

Kölner Strasse 552
18:00 – 19:00 Uhr
Dienstag 30. April -09. Juli
8 Abende 60 min 95,00 €

Autogenes Training

Kölner Strasse 552
19:30 -20:30 Uhr
Dienstag 30. April -09. Juli
8 Abende 60 min 95,00 €

Aktiv gegen Stress

Uerdingerstrasse 463 a
18:30 – 20:00 Uhr
Mittwoch 08. Mai – 10. Juli
10 Abende 90 min 190,00 €

AT in Krefeld

Achim Frangen Dipl. Sozialpädagoge und Entspannungstherapeut
Tel. 02151 44986200 Fax . 02151 44986209
email info@at-in-krefeld.de www.frangen.de

Kurse in Kooperation und in den Räumen

ZUSCHUSS IHRER
GESETZLICHEN
KRANKENKASSE BIS 100
%



PRAXIS FÜR ERGOTHEAPIE MARION RUHE THERAPIEZENTRUM AM ZOO MARION RUHE