

## Entspannen Loslassen Meine Mitte finden

Progressive Muskelentspannung  
Nach Jacobsen



Erfahren Sie, wie Sie mit einfachen Übungen tief entspannen können, um ruhig und gelassen Ihren Alltag zu meistern. Die Progressive Muskelentspannung ist eine schnell wirksame Entspannungsmethode bei körperlicher und seelischer Anspannung. Sie hilft Ihnen neue Energie zu tanken, wieder in Balance zu kommen und mit alltäglichen Stresssituationen locker und gelassener umzugehen.

 06028 / 2500

 3. März 2020, 18.30 Uhr

 Aschaffenburg, Obernau



## Entspannen Loslassen Meine Mitte finden

Progressive Muskelentspannung  
Nach Jacobsen



Erfahren Sie, wie Sie mit einfachen Übungen tief entspannen können, um ruhig und gelassen Ihren Alltag zu meistern. Die Progressive Muskelentspannung ist eine schnell wirksame Entspannungsmethode bei körperlicher und seelischer Anspannung. Sie hilft Ihnen neue Energie zu tanken, wieder in Balance zu kommen und mit alltäglichen Stresssituationen locker und gelassener umzugehen.

 06028 / 2500

 3. März 2020, 18.30 Uhr

 Aschaffenburg, Obernau



## Entspannen Loslassen Meine Mitte finden

Progressive Muskelentspannung  
Nach Jacobsen



Erfahren Sie, wie Sie mit einfachen Übungen tief entspannen können, um ruhig und gelassen Ihren Alltag zu meistern. Die Progressive Muskelentspannung ist eine schnell wirksame Entspannungsmethode bei körperlicher und seelischer Anspannung. Sie hilft Ihnen neue Energie zu tanken, wieder in Balance zu kommen und mit alltäglichen Stresssituationen locker und gelassener umzugehen.

 06028 / 2500

 3. März 2020, 18.30 Uhr

 Aschaffenburg, Obernau



## **Info + Anmeldung**



### **Ute Kullmann**

**8 Termine - je 45 Minuten**

**80,00 € pro Kurs**

**80 % Erstattung durch die gesetzlichen Krankenkassen.**

#### **Kursdauer:**

**3. März bis 5. Mai 2020**

**Dienstags, von 18:30 Uhr bis 19:15 Uhr**

#### **Wo:**

**Susanne Brückner Heilpraktikerin**

**Jahnstraße 23**

**63743 Aschaffenburg/Obernau**

#### **Bitte mitbringen:**

**bequeme Kleidung, eine Decke, eine Flasche Wasser sowie Vorfreude auf entspannende Minuten.**

## **Info + Anmeldung**



### **Ute Kullmann**

**8 Termine - je 45 Minuten**

**80,00 € pro Kurs**

**80 % Erstattung durch die gesetzlichen Krankenkassen.**

#### **Kursdauer:**

**3. März bis 5. Mai 2020**

**Dienstags, von 18:30 Uhr bis 19:15 Uhr**

#### **Wo:**

**Susanne Brückner Heilpraktikerin**

**Jahnstraße 23**

**63743 Aschaffenburg/Obernau**

#### **Bitte mitbringen:**

**bequeme Kleidung, eine Decke, eine Flasche Wasser sowie Vorfreude auf entspannende Minuten.**

## **Info + Anmeldung**



### **Ute Kullmann**

**8 Termine - je 45 Minuten**

**80,00 € pro Kurs**

**80 % Erstattung durch die gesetzlichen Krankenkassen.**

#### **Kursdauer:**

**3. März bis 5. Mai 2020**

**Dienstags, von 18:30 Uhr bis 19:15 Uhr**

#### **Wo:**

**Susanne Brückner Heilpraktikerin**

**Jahnstraße 23**

**63743 Aschaffenburg/Obernau**

#### **Bitte mitbringen:**

**bequeme Kleidung, eine Decke, eine Flasche Wasser sowie Vorfreude auf entspannende Minuten.**