

Es ist an der Zeit...

Entspannung

Achtsamkeitsübungen

Atemübungen

Autogenes Training

Bewegungsübungen

Kurzentspannungsverfahren

Klangmassage

Meditationen

Phantasiereisen

Progressive Muskelentspannung

Psychohygienetraining

Wahrnehmungsübungen

Stressreduzierungs-techniken

und mehr ...



Entspannung

Karin Drechsler

- Dipl.-Sozialpädagoginnen (FH) -

- Entspannungspädagoginnen -

Klangmassage nach Peter Hess®

Klangpädagogin

Dombach im Loch 14

91522 Ansbach

Tel. 0981/66730

karin@einklang-online.de

www.einklang-online.de

Regine Gundacker

Aromamassage

Fußreflexzonenmassage

Ansbacher Str. 47

91572 Bechhofen

Tel. 09822 - 98 99 400

info@kinbalance.de

www.kinbalance.de

*Einzel Sitzungen und Hausbesuche
nach Vereinbarung*

Termine für

Schnupper- und Vertiefungskurse

siehe Kursübersicht

bzw. auf Anfrage



entspannt sein



Entspannung

Entspannungstraining





- Sie möchten in mehrere Entspannungsverfahren „hineinschnuppern“, um sich das für Sie passende auszusuchen - ohne für jede Methode einen ganzen Kurs besuchen zu müssen
- Sie finden jeden Tag nur schwer Zeit für Entspannung und suchen eine Methode, die Sie ohne viel Aufwand in Ihren Alltag einbauen können
- Sie suchen einen Weg, um mit den Anforderungen des Alltags gelassener umgehen und Stress besser bewältigen zu können



*Manchmal
träume ich davon
dass ich nicht immer
nur blühen muss*

*sondern Zeit
Ruhe habe
um Kraft
für neue Triebe
zu sammeln*

Andrea Schwarz



Sie
gönnen sich ein paar
entspannte Stunden bei uns

Wir
beraten Sie und probieren
gemeinsam mit Ihnen
verschiedene Wege aus

Sie
nehmen sich eine bunte
Mischung unterschiedlicher
Möglichkeiten für Ihren
Alltag mit nach Hause!

