

Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen

...sind wissenschaftlich auf ihre Wirksamkeit überprüft und hilfreich bei:

- Körperlichen Verspannungen
 - Stressbewältigung
 - Schlafproblemen
 - Angstzuständen
 - Burnout
 - u.v.m.
- HRV Messung (objektive Messung des persönlichen Stresspegels) möglich

Ort: Praxisgemeinschaft Salute, Turracherstr. 24, 9560 Feldkirchen

Termin: Jeweils Dienstags, 18h - 19h

**Kosten: 150 Euro für 10 Einheiten
Begrenzte Teilnehmerzahl!**

Anmeldung: 0699 / 1780 1108

email: info.mariaschoeffmann@gmail.com

Die energetische Hilfestellung mittels Entspannungs- und Achtsamkeitstraining stellen keinen Ersatz für jedwede ärztliche und psychologische Diagnose oder Behandlung dar.