

Wir laden ein zu

Zeitlupe

am **Freitag, 15.4.2011** von 14.00 bis 17.00 Uhr

Inhalt

Stress hat Auswirkungen auf unser äußeres und inneres Tempo. Oft bleibt der Wunsch zur Ruhe zu kommen unerfüllt.

Die langsame Reduktion unseres Bewegungstempos ermöglicht uns einerseits einen Blick auf unseren Umgang mit Stress und andererseits bietet sich uns damit ein Weg zur inneren Ruhe. In der Zeitlupe wagen wir einen Blick auf uns und die uns umgebende Natur.

Methode

Bioenergetische Analyse, Bewegung und Aufgabenstellungen in der Natur

Leitung · DSA Christine Pechtl, Barbara Heisig · Kosten · € 35.- · Ort · Treffpunkt: Haltestelle der Straßenbahnlinie 6, "Lanser See" · Teilnehmerinnen · min. 12 · max. 30 · Anmeldung bis 10.4.2011 unter frauengesundheit@psychotherapie-ibk.at



weitere Angebote · Die gesunde Mittagspause · Kraftspeisen aus der 5-Elemente-Küche · Mit der Kraft der Symbole das Vertrauen in die eigene Kraft stärken · Fuß-Seminar · Zwischen Stress/Spannung und Ruhe/Entspannung Einführung in die TCM mit Schwerpunkt gesunder Schlaf und Schlafstörungen · Yoga · in der Ruhe liegt die Kraft
Bei der Anmeldung zu 3 Modulen gibt es € 20.- Rabatt. Ihre Anmeldung ist fix, wenn Sie den Kursbeitrag auf unser Konto bei der BTV BLZ 16000, Ktonr. 00116042649 lautend auf Praxisgemeinschaft Dr.Rita Schwarz einzahlen.
