

Firmen Event

Schneeschuhlaufen?
Wellness, Bogenschiessen?
Curling, Eisstockschiessen?

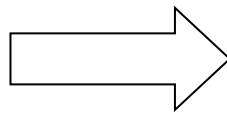
zu anstrengend!
schon gehabt!
langweilig!

Autogenes Training?

wieso nicht?

Möchten Sie Ihren MitarbeiterInnen etwas bieten, von dem jeder Einzelne und die Firma **nachhaltig profitiert**?

Autogenes Training



- ist eine leicht zu erlernende anerkannte Methode zur Tiefenentspannung.

An 7 Abenden lernen die Teilnehmer während 1 ½ Stunden sich zu entspannen und sich positiv zu beeinflussen.

- Wirkung:**
- Förderung der Konzentrations- Schlaf- und Erholungsfähigkeit
 - Verbesserung von geistigen, körperlichen und künstlerischen Leistungen
 - Änderung hinderlicher Denkmuster
 - Stärkung des Selbstvertrauens
 - Regulierung des Blutdruckes und anderen psychosomatischen Störungen

Gerne biete ich Kurse in Ihren Firmenräumlichkeiten oder in meiner Praxis in Nidau an.
Für mehr Informationen besuchen Sie meine Internetseite oder nehmen Sie telefonisch Kontakt mit mir auf. www.monika-spörri-haenzi.ch / Tel. 079 740 29 37

Mit freundlichen Grüssen
M. Spörri - Hänzi