



inMOVEMENT Praxis für Gesundheitsförderung

Kursdaten September – Oktober 2022

(Die Beschreibungen zu den einzelnen Kursen und die Preise sind auf meiner Website ersichtlich.)

Stressbewältigung

Kurs Nr. 101 Samstag 13.00 – 15.30 Uhr / 24. September 2022

Selbsthypnose

Thema: Wechseljahresbeschwerden

Kurs Nr. 201 Samstag 13.00 – 15.30 Uhr / 17. September 2022

Kurs Nr. 202 Dienstag 18.30 – 21.00 Uhr / 18. Oktober 2022

Thema: Menstruationsbeschwerden

Kurs Nr. 301 Dienstag 18.30 -21.00 Uhr / 20. September 2022

Thema: Stress

Kurs Nr. 401 Samstag 13.00 - 15.30 Uhr / 22. Oktober 2022

Thema: Schmerzen

Kurs Nr. 501 Dienstag 18.30 – 21.00 Uhr / 27. September 2022

Rückengymnastik:

Montag 18.15 – 19.05 Uhr, **freie Plätze**

Die Rückengymnastik findet das ganze Jahr statt, der Einstieg ist jederzeit möglich.

Bodytoning:

Montag 19.30 – 20.30 Uhr, **1 freier Platz**

Donnerstag 18.15 – 19.15 Uhr, **ausgebucht**

Donnerstag 19.30 – 20.30 Uhr, **freie Plätze**

Das Bodytoning Training findet das ganze Jahr statt, der Einstieg ist jederzeit möglich.

www.inmovement.ch

Simone Elsasser / Holunderweg 5 / 5737 Menziken / 079 647 40 64
sime@inmovement.ch