



inMOVEMENT Praxis
für Gesundheitsförderung

Kursdaten September - Dezember 2021

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

Selbsthypnose:

Thema Menstruationsbeschwerden:

Kurs Nr. 101 Mittwoch 22.09.2021 / Zeit: 18.30 – 21.00 Uhr

Kurs Nr. 102 Samstag 06.11.2021 / Zeit 13.30- 16.00 Uhr

Thema Schmerzen:

Kurs Nr. 201 Dienstag 28.09.2021 / Zeit: 18.30 – 21.00 Uhr

Kurs Nr. 202 Samstag 27.11.2021 / Zeit: 13.30 – 16.00 Uhr

Thema Stress:

Kurs Nr. 301 Mittwoch 10.11.2021 / Zeit: 18.30 – 21.00 Uhr

Kurs Nr. 302 Samstag 04.12.2021 / Zeit 13.30 – 16.00 Uhr

Mentaltraining: Die Kraft des gesprochenen und gedachten Wortes:

Kurs Nr. 401 Mittwoch 27.10.2021 / Zeit: 18.30 – 21.00 Uhr

Kurs Nr. 402 Dienstag 30.11.2021 / Zeit: 18.30 – 21.00 Uhr

Stressbewältigung:

Kurs Nr. 501 Samstag 23.10.2021 / Zeit: 13.30 – 16.00 Uhr

Kurs Nr. 502 Mittwoch 24.11.2021 / Zeit: 18.30 – 21.00 Uhr

Achtsamkeit/Meditation für Anfänger:

Kurs Nr. 601 Mittwoch 01.12./08.12./15.12./22.12.2021 / Zeit: 18.30 – 19.30 Uhr

Relax & Stretch:

Kurs Nr. 701 Dienstag 19.10./26.10./02.11./09.11./16.11.2021/ Zeit: 18.30-19.30 Uhr

www.inmovement.ch

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