

Schnupperkurs: Entspannt in den Feierabend



Lasst Euch mitnehmen auf eine kleine Wellnessreise für Körper, Geist & Seele.

Ihr habt die Möglichkeit in verschiedene Entspannungstechniken wie Autogenes Training, Progressive Muskelentspannung, Phantasiereise reinzuschnuppern...

Geht nach einem stressreichen Tag entspannt in den Feierabend...

Termin	An 6 Donnerstag -Abenden Termine: 22.7, 29.7. 05.08. 12.08. 19.08 und 26.08. Beginn 20:30 Uhr Ende: 21:30 Uhr
Ort	Gym-Raum Sportverein Grün-Weiß-Rot e.V. Fleherstr. 220 d Düsseldorf
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Progressive Muskelentspannung • Phantasiereise • Do-In Massage • Autogenes Training
Zielgruppe	Jede(r) ab 18 Jahre (Mindestalter) (Vorkenntnisse nicht erforderlich)
Gebühr	€ 20,-- für Vereinsmitglieder € 25,-- für Nichtvereinsmitglieder Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen <u>Bitte mitbringen:</u> bequeme Kleidung, ein zweites Paar Socken, kleine Decke und/oder (Sitz) Kissen,
Anmeldung	Eine verbindliche Anmeldung ist aus Planungszwecken erforderlich. Daher ist die Gebühr im Voraus zu bezahlen. Ihr erhaltet die Gebühr zurück, wenn der Workshop abgesagt wird (Info per Email). Bitte nutzt den beiliegenden Anmeldevordruck und übergibt diesen incl. Eurem Gebührenbeitrag an Isabella Schulz oder Claudia Ballhausen
Leitung	Isabella Schulz Tel. 0211-826-11669

Ich freue mich auf Euer Kommen.

-isabella-

Anmeldung

Schnupperkurs: Entspannt in den Feierabend

Hiermit melde ich mich zu dem Schnupperkurs im Sommer 2010 verbindlich an:

Name	
Anschrift	
Telefon	
Email	

-----abtrennen-----

Bestätigung

Schnupperkurs: Entspannt in den Feierabend

Name, Vorname	
----------------------	--

Die Kursgebühr von Euro habe ich erhalten.

Datum

Unterschrift