Autogenes Training

Gruppenangebot

Autogenes Training

Autogenes Training nach J. H. Schultz ermöglicht über einfache einprägsame Sätze die Umschaltung des vegetativen Nervensystems vom Zustand der Anspannung in den der Entspannung und Erholung. Autogenes Training hat sich als Methode der Gesundheitsprävention bewährt und ist für alle geeignet, die selbstständig und eigenbestimmt etwas für sich tun wollen. Pünktliche und regelmäßige Teilnahme sind erforderlich. Einige Krankenkassen erstatten einen Teil der Kursgebühren im Rahmen ihres Präventionsprogrammes – erkundigen Sie sich bitte bei Ihrer Kasse. Bitte bringen Sie eine Wolldecke, ein kleines Kissen, bequeme Hosenkleidung und warme Socken mit. Kein Nachholen möglich.

Was?

Art des Angebots

Gruppenangebot

Link zum Angebot

Weiter zum Angebot

Kursleitung/Ansprechperson

Hanna Dambietz; Barbara Bursch-Brustkern Di. Mi. Do. 13:00 - 15:00 Uhr Fr. 09:30 - 11:30 Uhr

Alter des Kindes

altersunabhängig

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Wann?

Angebotstermin

Dauerhaftes Angebot

Wo?

Zentrum für Gesundheitsförderung (ZGF)

Robert-Koch-Straße 1
53115 Bonn

Trägerschaft

Gemeinnützige Gesellschaft der Franziskanerinnen zu Olpe mbH (GFO)

Maria-Theresia-Str. 42 a
57462 Olpe

Telefon

02761 9265-0

Email

kontakt@gfo-online.de

Link Träger

Weiter zur Homepage des Trägers

Durchführende Organisation

GFO Kliniken Bonn - St. Marien-Hospital

Dr. Robert-Koch-Str. 1
53115 Bonn

Telefon

0228 5052764

Link Anbieter

Weiter zur Homepage des Anbieters

Alle Angebote dieses Anbieters

Andere Angebote dieses Anbieters