Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen

Wann: Dienstag, 16.10.2018 / 19-20:15Uhr

Dauer: 8x75 Minuten

Kosten: 120.- €

Kursort/ Anmeldung: Praxis Dr. Eckhard Weber, Neufelder Weg 72
55595 Bad Kreuznach, Tel: 0671- 89661793
oder
Tina Weber, Tel:0151-18383701/ transformation@tina-weber.com

maximale Teilnehmerzahl 6 Personen!
Sichern Sie sich Ihre Teilnahme durch rechtzeitige Anmeldung!

PME ist eine anerkannte und bewährte Entspannungsmethode.
Sie bewirkt sofort eine tiefe Entspannung der Muskulatur
und führt somit auch zu einer seelischen Entspannung.

PME hilft z.B.bei: Schulter-Nackenschmerzen, Rückenschmerzen,
Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Stress
Ängsten und Depression etc.

PME ist leicht zu erlernen und auch in den Alltag zu integrieren.
Es sind keine Vorkenntnisse nötig!

Kursleitung: Tina Weber – Entspannungstherapeutin,
Transformationstherapeutin