

## Autogenes Training

„In einer Zeit, da Medikamenten zunehmend Misstrauen entgegen gebracht wird, ist es zur Rückbesinnung des Menschen auf die ihm selbst innewohnenden Fähigkeiten, sich vor den Folgen seelischer Anspannungen und Überlastungen zu schützen, gekommen.“

Zitat Dr. med. Klaus Franke, Arzt und Autor

Das Autogene Training (A.T.) ist eine leicht erlernbare Methode, die bei regelmäßiger Anwendung die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit und auch Heilungsprozesse fördert. Man wird ruhiger, gelassener und weniger anfällig bei Stresserscheinungen.

- Beginn: **Donnerstag, 09. Februar 2012**
- Leitung: Andrea Radvan, Dipl. Psychologin
- Dauer: 7 Termine à 60 Minuten
- Gebühr: 125,00 €, Krankenkassenzuschuss möglich
- Anmeldung: schriftlich mit gleichzeitiger Überweisung
- Mitbringen: Matte, Decke, bequeme Kleidung

Weitere Einzelheiten erhalten Sie telefonisch, oder vereinbaren Sie ein persönliches Beratungsgespräch in der SRS.

Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl wird um frühzeitige Anmeldung gebeten.

**Als Extrakurs zu buchen. Keine Aufnahmegebühr.**