



Bonner Familienportal

Bonn. Gemeinsam wachsen.

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 Woldecke, 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

Wo?

Zentrum für Gesundheitsförderung (ZGF)

Robert-Koch-Straße 1
53115 Bonn

Durchführende Organisation

GFO Kliniken Bonn - St. Marien-Hospital

Dr. Robert-Koch-Str. 1
53115 Bonn

Bundesstiftung
Frühe Hilfen 

 Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Trägerschaft

Gemeinnützige Gesellschaft der Franziskanerinnen zu Olpe mbH (GFO)

Maria-Theresia-Str. 42 a
57462 Olpe

Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



Telefon

0228 5052764

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Telefon

02761 9265-0

Email

kontakt@gfo-online.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)