

## **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

#### 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

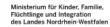


# Trägerschaft

# Gemeinnützige Gesellschaft der Franziskanerinnen zu Olpe mbH (GFO)

Maria-Theresia-Str. 42 a







**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





