

Verbindliche Kursanmeldung

(telefonisch, E-mail, schriftlich)

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ/Ort:

Geb.-Dat.:

Telefon:

E-mail:

Kurs:

Ich nehme auf eigene Verantwortung am obengenannten Kurs teil.

Datum, Unterschrift

(bei Minderjährigen Unterschrift der Erziehungsberechtigten)

Konto 5279799, BLZ 760 501 01,
Stadtsparkasse Nürnberg

(Anmeldebestätigung erfolgt sofort nach der Überweisung !)



ICH STELLE MICH VOR:

Claudia Gebhard



Ausbildung zur

- staatlich anerkannten Erzieherin
- Entspannungspädagogin
- Tanzpädagogin
- Klangpädagogin
- Anleitung von Auszubildenden

Bisherige ausgeübte Tätigkeiten

- langjährige Kindergartenleitung
- Leitung von Entspannungs- und Tanzgruppen; Referentin
- langjährige Anleitung von Praktikanten

Mitglied im VEP Verband für
Entspannungspädagogik und im
Deutschen Institut für Tanzpädagogik



WEITERE INFOS UND

ANMELDUNG UNTER:

Schöner Blick 28, 91207 Lauf

Tel: 09123/999788

www.claudia-gebhard.de

info@claudia-gebhard.de

Ich freue mich auf Ihren Anruf !

RELAX & MORE

Entspannungsstudio



„ICH KOMME ZUR RUHE“

DIE NEUE ART ENTSPANNUNG

ZU ERLEBEN UND ZU GENIESSEN

Autogenes Training /
Progressive
Muskelentspannung

WAS BIETE ICH AN:

- Kurse für Erwachsene
 - Kurse für Kinder
- Kurse für Schwangere

- **Autogenes Training**
- **Progressive Muskelentspannung**
- **Phantasiereisen**

Infoveranstaltungen zu oben genannten Bereichen

Diese Verfahren werden von Ärzten sehr empfohlen!

WAS IST DAS ZIEL:

- STRESSABBAU
- ERHOLUNG
- SELBSTRUHIGSTELLUNG
- MUSKELENTSPANNUNG
- SCHMERZLINDERUNG
- SELBSTBESTIMMUNG
- LEISTUNGSSTEIGERUNG

Autogenes Training bedeutet auch konzentrierte Selbstentspannung. Mit Hilfe von Formeln lernen Sie, positiven Einfluss zu nehmen auf Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden.

Progressive Muskelentspannung ist eine Methode, bei der Muskelgruppen schrittweise immer mehr entspannt werden.

Phantasiereisen sind gerade in unserer heutigen Zeit ein geeignetes Medium, um zu mehr innerer Ruhe, Gelassenheit, Mut und Kreativität zu finden.

WIE ARBEITE ICH:

Alle reden von Entspannung und Wellness, aber für jeden bedeutet es etwas anderes!

Deswegen biete ich Ihnen verschiedene Kurse an.

In einem Gespräch vorab, kann man klären, welche Entspannungsmethode individuell geeigneter ist.

Kurstermine und Preise erhalten sie bei Anfrage. Einzeltermine finden nach Vereinbarung statt.

Durch die Bildung von Kleingruppen entwickeln sich individuelle Gestaltungs- und Entwicklungsmöglichkeiten für jede Zielgruppe.

Die Räumlichkeiten befinden sich in Lauf in angenehmer Atmosphäre.

Gutscheine für

Kurse
Einzelstunden

jederzeit erhältlich!