



Voraussichtliche Entspannungskurse 2022

Autogenes Training:

Montag	(10.01.22 bis 07.03.22) von 10:00 bis 11:30 Uhr -	14.02. fällt aus
Dienstag	(11.01.22 bis 08.03.22) von 18:00 bis 19:30 Uhr -	15.02. fällt aus
Mittwoch	(12.01.22 bis 09.03.22) von 18:00 bis 19:30 Uhr -	16.02. fällt aus

Progressive Muskelentspannung

Montag	(10.01.22 bis 07.03.22) von 18:00 bis 19:30 Uhr -	14.02. fällt aus
Dienstag	(15.03.22 bis 10.05.22) von 18:00 bis 19:30 Uhr	(Osterabsprache mit TN)

Für Kleingruppen/ Selbsthilfegruppen sowie Kolleg*innen/Freundeskreise ... können Kurse in Absprache individuell gebucht werden.