

A2611556 Autogenes Training

Beginn	Mittwoch, 25.02.2026, 19:00 - 20:00 Uhr
--------	---

Kursgebühr	72,00 €
------------	---------

Dauer	10 Termine
-------	------------

Kursleitung	Sabine Bünting-Schmidt
-------------	------------------------

Kursort	, Burgstr. 9, 51674 Wiehl
---------	---------------------------

Das autogene Training - eine bewährte Methode, um selbst in stressigen Situationen und Zeiten zu entspannen. Die Übungen des autogenen Trainings können jederzeit ausgeführt werden und somit problemlos in den Alltag eingebettet werden. Sie erlernen in diesem Kurs die spezifischen Übungen. Durch das Training in der Gruppe werden die Übungsabläufe manifestiert, dies erlaubt es Ihnen, die wohltuende Entspannung abzurufen.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
25.02.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
04.03.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
11.03.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
18.03.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
25.03.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
15.04.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
22.04.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
29.04.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
06.05.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9
13.05.2026	19:00 - 20:00 Uhr	Wiehl, Burghaus Bielstein, Burgstr. 9