

## **Kopf mental durchpusten – leichtgemacht Workshop mit einfachen Entspannungstechniken**



Dieser Workshop beinhaltet klassische mentale Tools mit vielen einfachen Entspannungstechniken für den Alltag.

So schalten Sie Stress effektiv aus und genießen ausgeglichen, kraftvoll und entspannt den Alltag.

**Mittwoch, den 13.02.2019 um 18.00 Uhr**  
**Mentales Kopfstudio Baumgartner**  
**Unterer Mühlweg 8 in 9201 Görtschach /Krumpendorf**

**Anmeldung erforderlich unter:**

Unkostenbeitrag pro Person EUR 35,00 (incl. Unterlagen)

M: [office@mental-baumgartner.at](mailto:office@mental-baumgartner.at) oder

M: +43 (0)676-9192755

Anmelden, Vorbeikommen und gleich nach dem Vortrag mit der Umsetzung beginnen.

Bis dahin, schöne Zeit

