

	<h2 style="text-align: center;">Stressimmunisierung – Sich wahrnehmen und Ruhe finden</h2>
---	--

Daten & Preise

Daten	Bitte entnehmen Sie die aktuellen Kursdaten aus der Homepage
Zeit	Samstag: 9.00 bis 17.30 Uhr
Dauer	4 Trainingseinheiten à je 6.5 Std.
Kursinhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Umfangreiche Anamnese und Standortbestimmung • Erfassung der Zielsetzung (Womit beginne ich...!) • Einführung in bewährte Wahrnehmungs – und Entspannungstechniken • Anleitung zur Selbsthypnose und adaptierten Entspannungsreisen • Angeleitete Phantasie und Entspannungsreisen • Individuelles Ablöseritual • Kostenloser Support während der Trainingsphasen • Persönliches Coaching (optional)
Kursort	Institut für Lerncoaching Teufen
Investition CHF	1'250.- inkl. Pausengetränke / Früchte / Snacks
Kursorganisation	Institut für Lerncoaching Teufen
Lehrtrainer	Alfons Angehrn, diplomierter hypno-holistischer Lerncoach ECA & systemischer Hypnosetherapeut