



Progressive Muskelentspannung nach Jacobson in der Salzgrotte Velbert

durchgeführt von:



**Mittwoch 06. April 2016
18:00-19:00 Uhr
Kosten 17 Euro**

**Was die progressive Muskelentspannung
erreichen kann:**

**Abbau von Stress und Anspannung,
Lösung muskulärer Verspannungen,
Kräftigung der Muskulatur,
Stabilisierung und Harmonisierung der Psyche,
Minderung von Schlafstörungen,
Linderung von körperlichen Schmerzzuständen.**

**Anmeldung bitte per Mail an
info@naturheilpraxis-sabine-heller.de**

weitere Informationen gerne unter:

**0152 53529087 oder
02052 4093715**