



Progressive Muskelentspannung nach Jacobson in der Salzgrotte Velbert

durchgeführt von:



Montag, 10. Oktober 2016

18:00-19:00 Uhr

Kosten 20 Euro pro Person

**Was durch die progressive Muskelentspannung
erreicht werden 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