



*ErholungsRaum*

## AUTOGENES TRAINING – GRUNDKURS

- Körperliche und psychische Erholung und Entspannung
- Mit mehr Gelassenheit und Ausgeglichenheit durchs Leben
- Fähigkeiten verbessern (Konzentration, Leistungssteigerung)

### **Kursinfo:**

- Jeder Grundkurs umfasst 8 Einheiten jeweils Montag
- Kosten: € 136,-
- Einzeltraining nach individueller Terminvereinbarung

Nähere Informationen unter:

[www.erholungsraum.at](http://www.erholungsraum.at) oder 0650/ 88 00 989 (Mag.<sup>a</sup> Mistlberger)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Mag.<sup>a</sup> Christine Leitl & Mag.<sup>a</sup> Elisabeth Mistlberger**  
Klinische und Gesundheitspsychologinnen  
Entspannungstrainerinnen

Gemeinschaftspraxis  
Wohlfühlen am Schuhmeierplatz  
Schuhmeierplatz 14/1/22, 1160 Wien  
[www.erholungsraum.at](http://www.erholungsraum.at)

