

**Ursula Geissmann  
-Praxisgemeinschaft  
Sieben**

Wiesenstrasse 7 Langenthal  
4900  
Schweiz  
Tel: +41 79 403 15 81  
E-Mail: info@ursola.ch

  
ursola.ch

*BEWUSSTSEINSARBEIT*

## Aktuell

---

### **Progressive Muskelentspannung (PME)**

6 x Montag, 18.00 Uhr: 20. / 27. Jan. / 10. / 24. Feb. / 09. / 23. März 2020

Kurskosten Fr. 240.00

Auskunft und Anmeldung

### **Autogenes Training**

Montag, 20. Januar 2020, 19.30 Uhr: AT vertiefen und auffrischen am

Kurskosten Fr. 40.00

Neuer Kurs auf Anfrage

Auskunft und Anmeldung

### **Achtsamkeitsmeditation (med. Achtsamkeits-Interozeption®)**

8 x auf Anfrage ab 3 Teilnehmer/innen

Auskunft und Anmeldung

### **Das Erlernen einer Entspannungsmethode ist auch im Einzelsetting möglich**

à Fr. 100.00 pro Stunde

vereinbaren Sie hier einen Termin

Hier finden Sie den **aktuellsten newsletter**