



**Erholungsraum**

## ENTSPANNUNG FÜR KINDER

- Im Kurs lernt Ihr Kind Entspannungsmethoden in der Kleingruppe kennen, die es auch zu Hause anwenden kann.
- Ziel soll es sein, bereits frühzeitig auf das eigene Wohlbefinden zu achten und nachhaltig Stress zu vermindern.
- Für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren.

### **Kursinfo:**

- Jeder Kurs umfasst 4 Einheiten à 50 Minuten jeweils Montag.
- Kosten: € 52,-
- Einzelstunden 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)

