

Facharztzentrum Bogenhausen

Stress? Burn out? Ständig unter Strom?

Lernen Sie professionell zu entspannen!



Progressive Muskelentspannung

Ab 08.02.2011

Dienstags

18:30 - 19:30 Uhr

Medizinisches Versorgungszentrum
Im Einstein GmbH
Einsteinstr. 130
81675 München
www.mvz-im-einstein.de

Telefon: 089 - 32 49 19 - 0
Fax: 089 - 32 46 19 - 111

info@mvz-im-einstein.de

Facharztzentrum Bogenhausen

Stress? Burn out? Ständig unter Strom?

Lernen Sie professionell zu entspannen!



Progressive Muskelentspannung

Ab 08.02.2011

Dienstags

18:30 - 19:30 Uhr

Medizinisches Versorgungszentrum
Im Einstein GmbH
Einsteinstr. 130
81675 München
www.mvz-im-einstein.de

Telefon: 089 - 32 49 19 - 0
Fax: 089 - 32 46 19 - 111

info@mvz-im-einstein.de

Facharztzentrum Bogenhausen

Stress? Burn out? Ständig unter Strom?

Lernen Sie professionell zu entspannen!



Progressive Muskelentspannung

Ab 08.02.2011

Dienstags

18:30 - 19:30 Uhr

Medizinisches Versorgungszentrum
Im Einstein GmbH
Einsteinstr. 130
81675 München
www.mvz-im-einstein.de

Telefon: 089 - 32 49 19 - 0
Fax: 089 - 32 46 19 - 111

info@mvz-im-einstein.de

Die ursprüngliche Form der progressive Muskelentspannung wurde in den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts von dem amerikanischen Arzt und Psychologen Edmund Jacobson entwickelt.

Mittlerweile ist die weiterentwickelte Form die beliebteste und am häufigsten durchgeführte Form aller Entspannungstechniken.

Sie ist leicht zu erlernen und kann ohne großen Aufwand an nahezu jedem Ort, also auch am Arbeitsplatz effektiv eingesetzt werden.



Kursdaten:

8x60 min

**jeweils
Dienstags
18:30 - 19:30**

Edmund Jacobson
(1885-1976)

Start: 08.02.11

Kursgebühr: 85,- €

(Kursgebühr wird i.d.R. von der Krankenkasse teilweise oder ganz übernommen)*

Ort:

Kursräume im Facharztzentrum,
4.Stock

Kursleiter:

Marc Hauchwitz, Facharzt für Neurologie

* bitte erkundigen Sie sich bzgl. der genauen Höhe des Erstattungsbetrages bei ihrer Krankenkasse.

Die ursprüngliche Form der progressive Muskelentspannung wurde in den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts von dem amerikanischen Arzt und Psychologen Edmund Jacobson entwickelt.

Mittlerweile ist die weiterentwickelte Form die beliebteste und am häufigsten durchgeführte Form aller Entspannungstechniken.

Sie ist leicht zu erlernen und kann ohne großen Aufwand an nahezu jedem Ort, also auch am Arbeitsplatz effektiv eingesetzt werden.



Kursdaten:

8x60 min

**jeweils
Dienstags
18:30 - 19:30**

Edmund Jacobson
(1885-1976)

Start: 08.02.11

Kursgebühr: 85,- €

(Kursgebühr wird i.d.R. von der Krankenkasse teilweise oder ganz übernommen)*

Ort:

Kursräume im Facharztzentrum,
4.Stock

Kursleiter:

Marc Hauchwitz, Facharzt für Neurologie

* bitte erkundigen Sie sich bzgl. der genauen Höhe des Erstattungsbetrages bei ihrer Krankenkasse.

Die ursprüngliche Form der progressive Muskelentspannung wurde in den 20er Jahren des letzten Jahrhunderts von dem amerikanischen Arzt und Psychologen Edmund Jacobson entwickelt.

Mittlerweile ist die weiterentwickelte Form die beliebteste und am häufigsten durchgeführte Form aller Entspannungstechniken.

Sie ist leicht zu erlernen und kann ohne großen Aufwand an nahezu jedem Ort, also auch am Arbeitsplatz effektiv eingesetzt werden.



Kursdaten:

8x60 min

**jeweils
Dienstags
18:30 - 19:30**

Edmund Jacobson
(1885-1976)

Start: 08.02.11

Kursgebühr: 85,- €

(Kursgebühr wird i.d.R. von der Krankenkasse teilweise oder ganz übernommen)*

Ort:

Kursräume im Facharztzentrum,
4.Stock

Kursleiter:

Marc Hauchwitz, Facharzt für Neurologie

* bitte erkundigen Sie sich bzgl. der genauen Höhe des Erstattungsbetrages bei ihrer Krankenkasse.