



Kurs „Kinesiologische Hausapotheke“ - Hausmittel für Erwachsene und Kinder

Im Kurs „Kinesiologische Hausapotheke“ erfahren Sie etwas über die Entstehung und die Wirkungsweise der Kinesiologie. Sie lernen Tricks und einfache Übungen kennen, um sich im Alltag zu helfen. Das Erlernete kann überall für sich, in Familie, Alltag, Beruf, Schule und Freizeit angewendet werden.

Themen sind:

- * energievoll in den Tag starten
- * Motivation
- * Vorbereitung auf Prüfungen oder schwierige Situationen
- * lesen, schreiben, rechnen
- * Gedächtnis, Konzentration
- * Koordination und Geschicklichkeit
- * Unterstützen des Heilungsprozesses - Was tun bei kleinen Verletzungen oder wenn etwas weh tut?
- * Verspannungen
- * Übelkeit, Bauchweh, Reisen
- * Gleichgewicht, Ausgeglichenheit, sich zentriert fühlen
- * Wohlbefinden

Der Kurs richtet sich an Erwachsene.

Kursort:	Affoltern am Albis
Kursdauer:	2 x 1 ¾ Stunden
Kosten:	Fr. 110.-, inkl. Kursunterlagen
Kursdaten:	auf Anfrage
Voraussetzung:	keine
Auskunft und Anmeldung:	077 523 57 37 oder r.klee@integr-kinesiologie.ch