

Gönnen Sie sich
Entspannung
mit dem
 kreativen Antistressprogramm der besonderen Art

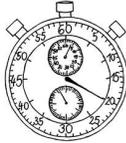
am _____ 2017, 20 Uhr bis 21:30 Uhr

Raus aus dem Hamsterrad, Alltagstrott & Stress!



Rein in die bunte Farbenwelt!



Die Zeit anhalten  und eine Pause machen!

Los-lassen von allen verkrampten Muskeln nach dem Motto „locker geht auch“!

Auf eine spannende Reise in die eigene Fantasie gehen,



eintauchen in die eigene Bilderwelt oder gemeinsam kreativ werden, das bedeutet Abenteuer
& Kreativität

Auftauchen ...,
entspannt & erfrischt, kraftvoll, gelöst & befreit!

Das ist KEIN Kunststück und kann jede(r)!

*Die kreative Entspannungs-Achtsamkeitsstunden sind die ALTERNATIVE zum Ausgehen in die
Kneipe oder ins Restaurant!*

Angebotsbeschreibung:

Zum Ankommen und Einstimmung machen wir Lockerungsübungen gegen allgemeine Verspannungen.

Anschließend nehme ich Sie auf eine wohltuende Entspannungsreise mit.

Das Erlebte können Sie dann gemeinsam in der Gruppe oder für sich kreativ gestalten.

Veranstalterin:

Angelika Rauleder

Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG), Kunst- und Hypnotherapeutin, Kunstpädagogin
und Dipl.-Sozialpädagogin

Ort:

**Praxis für Psycho- u. Kunsttherapie, Hypnose und Entspannungsverfahren
& Kreativwerkstatt für Groß und Klein**

Alexanderstr. 12

Frankfurt a.M./Rödelheim (50 m vom S- Bahnhof entfernt)

Teilnehmeranzahl: Mindestens 4 Personen; **Preis:** 20 Euro pro Teilnehmer(-in) für 90 Min.

Anmeldung: Bitte per E-Mail ar@therapie-rauleder.de oder tel. 0163-2421933
bzw. über das Kontaktformular auf meiner Internetseite www.therapie-rauleder.de