



Üniq

denken • fühlen • sein



Autogenes Training

für Kids von 8-12

CHF 40.-/60 Min.

gesundheitspraxis-tentlingen.ch



Autogenes Training

fördert bei Kids...

- ... psychomotorische Fähigkeiten
- ... besseren Umgang mit Konflikten
- ... besseren Umgang mit schulischen Problemen
- ... bessere emotionale Stabilität und damit gewinnbringender sozialer Umgang mit Anderen
- ... bessere Lerneffizienz
- ... bessere Identitätsfindung



Infos & anmelden: 079 357 87 09
bettina@gesundheitspraxis-tentlingen.ch

- **7** Lektionen à **60 Min. plus Abschlusslektion mit Eltern**
- **Mittwoch** (nachmittags, abends) oder **Samstag** (vormittags) – Daten & Trainingszeiten werden zusammen festgelegt, inkl. Abschluss-Lektion, an der die Eltern der Kinder gerne teilnehmen & ein Training miterleben dürfen
- **Trainingskleidung**, rutschfeste **Socken** empfohlen & **Handtuch**
- fürs Training zu Hause erhalten die Kids eine **Audio-Datei**
- ein **Handout** zeigt den Eltern, was die Kinder im AT lernen
- bei Fragen begleite ich die Kids und Eltern während dem Kurs



Kundenrückmeldung, Kind 8 Jahre



ICH HABE MICH
WOHLGEFÜHLT:

- sehr gut
- gut
- nicht so gut
- schlecht

WELCHE ÜBUNGEN HABEN DIR GUT GEFALLEN?

Herz.



Surf Bär.



Schwere.



WELCHE ÜBUNGEN WIRST DU WEITER ÜBEN?

Herz.



Surf Bär.



Ich bin Dipl. Lehrerin Autogenes Training und war jahrelang Lehrerin & Lernbegleiterin Berufslehre.