

entspannter ort

entspannter ort

anette harms-böttcher
diplom-psychologin

königin-elisabeth-straße 41
14059 berlin-charlottenburg

fon 030 393 64 07
mobil 0172 393 78 78

mail harms@entspannter-ort.de
web www.entspannter-ort.de



kursangebote 1. halbjahr 2023

*) mit Krankenkassenzuschuss

e n t s p a n n u n g

achtsamkeitsbasierte muskelentspannung

termin 3.1.-7.3.2023 (10x60 min)
dienstags 15:00-16:00 Uhr
kosten 140,00 € *)

termin 23.1.-27.3.2023 (10x60 min)
montags 17:00-18:00 Uhr
kosten 140,00 € *)

termin: 14.3.-16.5.2023 (10x60 min)
dienstags 15:00-16:00 Uhr
kosten: 140,00 € *)

autogenes training

termin 20.4.-21.6.2023 (10x60 min)
mittwochs 16:00-17:00 Uhr
kosten 140,00 € *)

offene gruppe

termin fortlaufend
dienstags 16:30-17:30 Uhr
dienstags 18:00-19:00 Uhr *online*
kosten 5er Karte 60,00 €
10er Karte 110,00 €
einstieg jederzeit nach absprache möglich

a c h t s a m k e i t

die kraft der achtsamkeit entdecken

termin 14.1.2022
samstag 10:00-16:00 Uhr
kosten 70,00 €

s t r e s s a b b a u

gelassen und sicher im stress 2-tage kompaktkurs

termin 4.3. und 11.3.2023
2 x sa 10:00 bis 17:00 Uhr
kosten 160,00 €*)

stressbewältigung im kloster

termin 18.-21.5.2023
wochenende DO 17:00 bis SO 13:00 Uhr
kosten 385,00 €, inkl. 160,00 €*) Kursgebühr
seminarort: Kloster Marienthal, Ostritz/Neiße
bitte flyer anfordern

vorschau herbst: stressbewältigung im Schlaubetal

termin 15.-17.9.2023
wochenende FR 17:00 bis SO 13:00 Uhr
seminarort Hotel Kaisermühle, Müllrose