

1. Semester 2025

Du hast Lust, gemeinsam mit anderen zu Zittern und magst es, wenn Dein Zitterprozess begleitet wird? Lass Dich durch die TRE® Erfahrung und den Austausch in der Gruppe bereichern. Die Termine können einzeln besucht werden. Voraussetzung: Du hast bereits eine Einzelbegleitung oder einen Einführungskurs bei einem TRE® Provider besucht.

Gemischte Gruppe Anmeldung bei Sarah

Donnerstag, 20. Februar 2025

Donnerstag, 20. März 2025

Donnerstag, 08. Mai 2025

Donnerstag, 26. Juni 2025

Zeit jeweils von 18.30-20.00 Uhr

Frauengruppe Anmeldung bei Gina

Montag, 03. März 2025 15.30-17.00 Uhr

Freitag, 11. April 2025 09.30-11.00 Uhr

Montag, 26. Mai 2025 15.30-17.00 Uhr

Kosten

Pro Termin CHF 40.00

Mitnehmen

- Turnkleidung anziehen
- Kissen oder Frottetuch
- Badetuch als Mättelauflage
- Warme Socken
- Trinkflasche
- Ev. Notizmaterial
- CHF 40.00 in bar

Auf Wunsch bieten wir gerne Männergruppen an. Auch sind individuelle Termine für Deine Familie oder Freundesgruppe möglich. Gruppengrösse 4-10 Personen.

Weitere Infos und Anmeldung (bis am Vortag)

Sarah Perren

079 600 41 60

sarah@entspannt-leben.ch

Gina Bucher

079 586 66 26

gina@entspannt-leben.ch

Bächlenstrasse 22
3753 Oey-Diemtigen
www.entspannt-leben.ch

