

Wunstorf, 01.10.2018

## Übersicht Termine für 4. Quartal 2018 Präventions-/Gesundheitskurs „Gelassen und sicher im Stress“

Die nächsten **Wochenkurse in Wunstorf** mit 10 Kursterminen à 2 Stunden biete ich 2019 an.

Sofern Sie aus beruflichen und/oder privaten Gründen keinen Wochenkurs besuchen können, finden aktuell bis Ende 2018 noch folgende **Kompaktkurse an zwei Tagen in Wunstorf** statt:

**Variante 1: Kurse an 1 Wochenende Samstag/Sonntag**

Sa, 10.11., 9.00 bis 18.30 Uhr und So, 11.11., 9.00 bis 17.30 Uhr oder  
Sa, 15.12., 9.00 bis 18.30 Uhr und So, 16.12., 9.00 bis 17.30 Uhr

**Variante 2: Kurse an 2 Montagen im Abstand von 1-2 Wochen**

Mon, 15.10. und 29.10., je 9.00 bis 18.00 Uhr

Die Kompaktkurse umfassen an den 2 Tagen je 8 Unterrichtseinheiten à 2 Stunden.  
Das gesamte Kursprogramm des Wochenkurses werden Sie auch hier kennenlernen.  
Die Gruppengröße liegt in der Regel bei 4 bis 6 Personen, was viel Raum für Austausch lässt.  
Als Coach unterstütze ich Sie, sich Lösungen für Ihre persönlichen Fragen zu erarbeiten und Ihr individuell wirksames Anti-Stress-Programm zusammenzustellen.

**Kursgebühr** in Höhe von € 190,40 (€ 160,-, zzgl. € 30,40 MwSt) wird von den meisten Krankenkassen anteilig bis voll erstattet. Bitte rechtzeitig vor Kursbeginn bei Ihrer Kasse anfragen!

Nähere Informationen und schriftliche Anmeldeunterlagen unter u.g. Kontaktdaten.  
Anmeldung jeweils bis 10 Tage vor Kursbeginn, auf Nachfrage auch kurzfristig möglich.  
Der Veranstaltungsort wird bei Anmeldung bekanntgegeben.

Ich freue mich auf Ihre Teilnahme. Geben Sie diese Information gern weiter.

Mit herzlichen Grüßen

Astrid Klink

P.S.: Mein Tipp: Besuchen Sie meine Kurse gemeinsam mit Partner\_in oder Freund\_in.  
Das bietet Ihnen die Chance Erfahrungen auf Augenhöhe zu Hause auszutauschen, zu diskutieren und sich gegenseitig an das zu erinnern, was Sie weiterführen wollen.