



Progressive Muskelentspannung

8-wöchiger Präventionskurs

- Tiefenentspannung & Stressregulation
- Körperwahrnehmung
- Achtsamkeit, Atmung, innere Ruhe
- Austausch & Selbstreflexion

Kerstin Euhausen

M. Sc. Psychologie (i.St.)

B. A. Prävention & Gesundheitspsychologie

Kursgebühr: 135,00 Euro

Bis zu 100 % Kostenerstattung



0152 373 191 84



praxis@kerstin-euhausen.de



Wann?

11.02. - 01.04.2026

19:15 - 20:15 Uhr

Das Haus
Schmalförden

