

# ANMELDUNG



*Karin Recht*

NATURHEILPRAXIS

Hiermit melde ich mich verbindlich an  
für den Kurs  
**AUTOGENES TRAINING**

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

Fax \_\_\_\_\_

e-mail \_\_\_\_\_

## KARIN RECHT

Heilpraktikerin  
Therapeutin für analytische Hypnose  
Dozentin I-GTH  
(intern. Gesellschaft für therapeutische Hypnose  
und Hypnoseforschung)  
Lehranalytikerin I-GTH  
Leiterin für

- Autogenes Training (Unterstufe und Oberstufe)
- Tiefenpsychologische Traumdeutung - Märchenarbeit
- Symbole und Symboldeutung
- Psychoonkologie

Hypnosetherapie

Psychotherapie

Einzelgespräche

Traumabewältigung (PTBS)

Autogenes Training

Traum- und Märchenarbeit

Klassische Homöopathie

### ADRESSE:

Gemarkenstraße 162  
51069 Köln (Dellbrück)

### WENN SIE FRAGEN HABEN:

Tel.: 0221-684688

Fax.: 0221-684610

e-mail: [karin.recht@zurechtfinden.de](mailto:karin.recht@zurechtfinden.de)

Internet: [www.zurechtfinden.de](http://www.zurechtfinden.de)



ABSCHALTEN - UMSCHALTEN

# AUTOGENES TRAINING

Kursbeginn: Auf Anfrage

Nur 1-3 Personen

4 Termine

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

# AUTOGENES TRAINING

## WOBEI HILFT KONZENTRATIVE SELBSTENTSPANNUNG?

- ✓ Konzentrations- und Leistungssteigerung
- ✓ Hemmungen, Komplexe und Ängste werden überwunden
- ✓ Körperlich-seelische Harmonie entsteht
- ✓ Aufgaben und Probleme sind besser zu bewältigen
- ✓ Abschalten - Umschalten, Jederzeit
- ✓ Ruhe und Erholung

Das Autogene Training (AT) nach Prof. Dr. Schultz ist eine leicht zu erlernende Entspannungsmethode. Mehr noch: Es führt langfristig zu einer positiven, selbstbestimmten Einstellung zu allen Schwierigkeiten, die uns begegnen. Nach einer gewissen Zeit des Einübens bringt es in wenigen Minuten tiefgreifende, innere Ruhe, sowie körperliche und psychische Entspannung.

### WO?

In meiner Praxis  
Gemarkenstraße 162  
51069 Köln (Dellbrück)

Nur mit 1-3 Personen  
Es werden 4 Termine benötigt

Der Unterricht kann in lockerer  
Alltagskleidung besucht werden.

## TEILNAHMEBEDINGUNGEN

### ANMELDUNG

Eine persönliche, schriftliche oder telefonische Anmeldung ist verbindlich.

Nicht wahrgenommene Termine werden nicht erstattet.