

Veranstaltungen

Mind Body Medicine Vertiefungstage – mit Anne-Marie Flammersfeld & Daniel Hausmann-Thürig



Allgemein

| | |
|---|--|
| Titel / Bezeichnung | Mind Body Medicine Vertiefungstage – mit Anne-Marie Flammersfeld & Daniel Hausmann-Thürig |
| Datum | 23.11.2025 - 25.11.2025 |
| Institution | Engadin Tourismus AG |
| Einzelne Veranstaltungsdaten | <ul style="list-style-type: none">• 23.11.2025• 24.11.2025• 25.11.2025 |

Beschreibung

| | |
|-------------------------|--|
| Kurzbeschreibung | Die Mind Body Medicine Vertiefungstage – mit Anne-Marie Flammersfeld & Daniel Hausmann-Thürig richten sich an Interessierte, die bereits erste Erfahrungen mit der Mind Body Medicine gesammelt haben. |
| Beschreibung | Zentrale Themen sind der Umgang mit Stress und Belastungen im Alltag, Zielsetzung u. Erreichen persönlicher Bedürfnisse sowie ein gutes Ressourcenmanagement. Ausserdem erweitern wir Ihr Repertoire mit Übungen, welche Aktivierung, Entspannung oder Fokussierung fördern – perfekt für Beruf und Privatleben. Dafür steht Ihnen unser Team aus der Gesundheitspsychologie, Sportwissenschaft und Ernährungsberatung auch in Einzelcoachings zur Verfügung. Starten Sie mit frischen Impulsen und neuer Klarheit in den Alltag! Inhalt: Das Konzept der Mind Body Medicine und bewährte Verhaltensänderungsansätze aus der Wissenschaft. Zudem viele theoretische Inputs und praktische Übungen in den Bereichen: • Bewegung • Entspannung • Atmung • Ernährung Bei Fragen zum detaillierten Kursablauf helfen wir Ihnen gerne unter Tel. 081 842 6 160 weiter! |
| Schlagworte | Weitere Veranstaltungen |
| Kategorie | Veranstaltung |
| Art | Gesellschaftliche Veranstaltungen |

Weitere Informationen

| | |
|-----------------|---|
| Standort | Hotel Maistra 160 |
| Kontakt | Hotel Maistra 160 Hotel Maistra 160 7504 Pontresina CH +41 81 842 61 60 |
| Adresse | Hotel Maistra 160 Via Maistra 160 7504 Pontresina Schweiz |
| Orte | Pontresina |
| Quelle | |

Weitere Informationen

https://www.guidle.com/de/veranstaltungen/dies-das/pontresina/mind-body-medicine-vertiefungstage-mit-anne-marie-flammersfeld-und-daniel-hausmann-thuerig_A3w19q8

Externe Links

<https://www.maistra160.ch>

Verknüpfungen mit geografischen Orten

Siehe auch

Pontresina / Puntraschigna

None
