

2. Semester 2026

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.

Nächste Termine

Mittwoch, 08. Juli 2026
Montag, 03. August 2026
Donnerstag, 10. September 2026
Montag, 12. Oktober 2026
Montag, 09. November 2026
Donnerstag, 03. Dezember 2026

Mitnehmen

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

Zeit und Kosten

Jeweils von 18.30-20.00 Uhr
Pro Termin CHF 40.00

Auf Wunsch bieten wir individuelle Termine für Deine Familie oder Freundesgruppe an. Gruppengrösse 4-10 Personen.

► Möchtest Du an die Termine erinnert werden?
Dann lass dich in den Threema-Verteiler aufnehmen
oder abonniere unseren Telegram-Kanal <https://t.me/g sunduzfride>

Weitere Infos und Anmeldung (bis am Vortag 19.00 Uhr)

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

