



Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung

Anne-Katrin Müller

Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung Anne-Katrin Müller

 [Download Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, ...pdf](#)

 [Online lesen Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung Anne-Katrin Müller

96 Seiten

Kurzbeschreibung

Der feine Duft von Orangen, die milde Wärme der Frühlingssonne, das Rauschen der Brandung wie verlockend wäre es, jetzt gleich und nicht erst irgendwann zu entspannen, abzuschalten und neue Kraft zu schöpfen. Mit den neuen Fantasiereisen der erfahrenen Musikpädagogin und Pilates-Trainerin Anne-Katrin Müller gelingt das ganz einfach und ohne Reisevorbereitung. Mit diesen 40 ausgearbeiteten Fantasiereisen gestalten ErwachsenenbildnerInnen und ÜbungsleiterInnen in Seminaren oder im Erwachsenensport Ruhe- und Entspannungsphasen. Tipps für eine gute Entspannungshaltung runden das Buch ab. Für zu Hause auch als CD mit 15 eingelesenen und musikalisch untermalten Fantasiereisen erhältlich. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Anne-Katrin Müller, Musikpädagogin M.A., Pilates-Master-Trainerin, Pilates-Ausbilderin für Ärzte, Physiotherapeuten, Hebammen und Trainer. Ihr besonderes Interesse gilt der spielerischen Verbindung von Musik, Pädagogik, Sprache und Bewegung bei Kindern. Die Autorin lebt in Köln.

Download and Read Online Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung Anne-Katrin Müller #HSVOK1U06NB

Lesen Sie Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung von Anne-Katrin Müller für online ebook Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung von Anne-Katrin Müller Kostenlose PDF downloaden, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung von Anne-Katrin Müller Bücher online zu lesen. Online Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung von Anne-Katrin Müller ebook PDF herunterladen Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung von Anne-Katrin Müller Doc Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung von Anne-Katrin Müller Mobipocket Fantasiereisen für Erwachsene Stressbewältigung, Gesundheitsvorsorge, Entspannung von Anne-Katrin Müller EPub