








ANIMA MENTIS

Stark im Leben

Online Seminare Herbst 2020

Sichern Sie sich Ihren Platz
telefonisch unter +43 1 890 88 78 oder per Mail unter anmeldung@animamentis.at

Seminar	Leitung	Beginn	Dauer	Preis für Mitglieder	Preis für Nicht-Mitglieder	
 Lebensstil verändern ... Leicht gemacht	Anaïs-Aimée Hollborn	Fr, 20.11.20, 14:00 - 15:00 Uhr oder Do, 26.11.20, 08:00 - 09:00 Uhr	6 Einheiten*	332,-	390,-	
 Stress-management ... Aufräumen im Kopf leicht gemacht	Sabrina Grünwald	Mi, 25.11.20, 17:00 - 18:00 Uhr	8 Einheiten*	442,-	520,-	
 Achtsamkeit ... Jetzt - statt gestern oder morgen	Christa Várkonyi	Fr, 27.11.20, 16:30 - 18:00 Uhr	8 Einheiten*	442,-	520,-	
 Essen mit Hirn und Genuss ... Schluss mit dem Ernährungswahn	Cornelia Fiechtl	Mi, 02.12.20, 16:30 - 18:00 Uhr	5 Einheiten*	414,-	487,-	
 Resilienz	<ul style="list-style-type: none"> Einführung in die Resilienz 	Sabrina Grünwald	wöchentlich, Di, 08:00 - 09:00 Uhr	1 Einheit	55,-	65,-
	<ul style="list-style-type: none"> Fürsorge für mich 	Christa Várkonyi	Mo, 23.11.20, 14:00 - 15:00 Uhr	2 Einheiten*	111,-	130,-
	<ul style="list-style-type: none"> Optimismus - positiv Denken allein reicht nicht 	Anaïs-Aimée Hollborn	Di, 24.11.20, 17:30 - 18:30 Uhr	2 Einheiten*	111,-	130,-

Auf Grund der neuerlichen Restriktionen zur Eindämmung der Covid-19 Pandemie werden bis auf Weiteres alle Seminare online abgehalten. Sollten Sie vorab Fragen zu den technischen Voraussetzungen dafür haben wenden Sie sich gerne an unsere Welcome MitarbeiterInnen. Bei Verhinderung ist es nicht möglich, einzelne Seminarmodule in der Gruppe nachzuholen. Sie können jedoch die versäumte Einheit in Form eines Einzelcoachings zu einem reduzierten Preis von 50,- in Anspruch nehmen (ebenefalls online oder in unserem Center möglich). Sämtliche Seminarunterlagen werden jederzeit kostenlos zur Verfügung gestellt. Um dieselbe Qualität auch online gewährleisten zu können ist die TeilnehmerInnenzahl auf maximal fünf Personen limitiert. Alle Preise sind in Euro angegeben und verstehen sich inklusive der gesetzlich vorgeschriebenen Mehrwertsteuer. Irrtümer, Druckfehler sowie Preisänderungen vorbehalten.

* Eine Einheit pro Woche. Sofern keine gesetzlichen Feiertage dazwischen fallen, finden alle Termine in aufeinander folgenden Wochen statt.