

**Kursleitung** Barbara Derrer  
**Teilnehmeranzahl** bis 8 Paare (1 Erwachsener & 1Kind)

**jeweils von 13:00 bis 14:00** **Sonntag**

27.1.2019

10.2.2019

17.3.2019

14.4.2019

26.5.2019

**Kurskosten**

- **CHF 30.00**
- **CHF 125.00**

Einzelner Termin  
alle 5 Termine

**Spezialangebot bei Anmeldung & Bezahlung bis zum 31.12.2018**

- **CHF 25.00 pro Stunde**
- **CHF 100.00**

Einzelne Termin & Termin Festlegung  
alle 5 Termine

**Mitnehmen**

bequeme Kleidung, warme Socken

**Ort**

Hertzraum Gesundheitszentrum, Marktgasse 1 4310 Rheinfelden  
Hintereingang benutzen- 1. Stock

**Anmeldung**

bei Barbara Derrer

079 262 08 15 (auch SMS) oder termin@barbara-derrer.ch

www.barbara-derrer.ch

## Eltern-Kind- Phantasiereisen



Bild: Katrin Schindler\_pixelio.de

### Für Eltern oder Grosseltern mit Kindern im Alter ab ca. 3 Jahren

Reise mit deinem Kind ins Land der Phantasie und kommt dabei gemeinsam zur Ruhe.

Schenke Euch die Zeit und den Raum für ein entspanntes und bewusstes Körpererleben.

Gemeinsam macht ihr es euch mit Kissen, Decken und euren mitgebrachten Kuscheltieren auf einer weichen Unterlage bequem und lascht einer „Phantasiegeschichte“.

Kindgerechte Körper- und Achtsamkeitsübungen oder kurze Meditationen ergänzen dieses schöne und sinnliche Erlebnis.

Abschliessend besteht die Möglichkeit uns kurz über die erlebten Eindrücke und Empfindungen auszutauschen.

Ich freue mich auf ein tolles Reisen mit Euch

*Barbara Derrer*