



Gruppen- Therapie

Ihr Termin zur Gruppentherapie findet verbindlich jede Woche regelmäßig zur gleichen Zeit statt. Nehmen Sie sich gerne vorher und nachher ein wenig Zeit für sich, um einen Tee zu trinken, zu schreiben oder spazieren zu gehen. Vorher Zeit für Ihr Anliegen in dieser Woche und anschließend Zeit zum Verarbeiten und Nachklingenlassen, was Sie aus unsere Stunde für sich mitnehmen möchten.

Ihr Termin:

Melden Sie sich gerne zum „grünen“
Praxis-Newsletter an:
[dr-med-angelika-winklhofer.de/
newsletter](http://dr-med-angelika-winklhofer.de/newsletter)

Newsletter



Pause 2025

20. Dez. 24 - 10. Jan. 25
27. März - 27. April 25
14. Aug. - 14. Sept. 25
20. Dez. 25 - 2. Jan. 26

Dr. med. Angelika Winklhofer

Fachärztliche psychotherapeutische Praxis
Dr.-Albert-Schweitzer-Str. 5b
Eingang Am Birkenwäldchen
14552 Michendorf - OT Wilhelmshorst

Weitere Informationen

www.dr-med-angelika-winklhofer.de
praxis@dr-med-angelika-winklhofer.de
Youtube: Angelika Winklhofer





Autogenes Training

Mein Autogenes Training lädt Sie ein, eine heilsame Entspannungsmethode zu erlernen. Der Nutzen für Gesundheit, Wohlbefinden oder Ihre Meditationspraxis ist bewiesen. Sie lernen Ihr Nervensystem und Stress zu verstehen und erfahren direkt, wie Ihr Körper relaxed und gleichzeitig lebendig wird.

Mein Autogenes Training unterstützt Ihren persönlichen Weg, um aufkommende Gefühle willkommen heißen zu können. Sobald Sie gelernt haben Gefühle zu erlauben beginnt Veränderung.

Autogenes Training *live und hier*

Dienstags 17 - 18 Uhr – auch per Zoom

21. Januar	Grundstufe – I
28. Januar	Grundstufe – II
04. Februar	Grundstufe – III
08. Juli	Grundstufe – I
15. Juli	Grundstufe – II
22. Juli	Grundstufe – III
11. November	Grundstufe – I
18. November	Grundstufe – II
25. November	Grundstufe – III

Kassenleistung

Oberstufe

14. Januar	Vorsätze
25. März	Inneres Kind
30. September	Schlaf

20 € (5-25 €)

Online-Kurs

Einfach bei Bedarf selber lernen, verstehen und üben
75 €

Audio-Download

Der Anleitung lauschen, bis alles wie von selbst geschieht
9,90 €

Anmeldung



Onlineshop

