



Handreflex-Massage

Kurs



Entdecke den faszinierenden Schatz in deinen Händen. Die Massage basiert auf der Idee, dass bestimmte Bereiche der Hände mit verschiedenen Organen und Systemen des Körpers verbunden sind.

Kursinhalt:

Einführung in Handreflex-Massage, Anwendung von alltagstauglichen Handgriffen zur Reduktion von Stress, Verspannungen, Kopfschmerzen, Immunsystemstärkung etc.

Leitung

Barbara Schertenleib, dipl. Resilienz-/Stress-Coach

Datum

Donnerstag, 01. Oktober 2026, 18.30 - 20.30 Uhr

Ort

Bühlmatte-Treff, Kramgasse 3, Grosshöchstetten

Kosten*

Fr. 25.- pro Person plus Skript Fr. 9.-



Anmeldung

Bis am 16. Sept. 2026 an kurse@frauenvereinrh.ch

Besonderes

Mindestens 8, maximal 14 Teilnehmende

Kurs wird in Mundart geführt.

Bitte mitnehmen: Notizmaterial, kleines Kissen (38 x 38cm), Frottiertuch als Kissen-Schutz, Trinkflasche



*Nicht-Mitglieder bezahlen CHF 10.00 mehr für Kurse, die der Frauenverein organisiert und durchführt.