



## **Halbjahresprogramm** **Januar - Juni 2020**

### **Januar 2020**

- *Montag, 06. Januar von 20 bis 21 Uhr*

#### **Info-Abend Alexander-Technik**

Der Abend ist kostenfrei und Sie brauchen sich nicht anzumelden. Kommen Sie einfach vorbei und bringen Sie Ihre Neugier mit – und gerne auch Freunde.

Bei Fragen erreichen Sie mich unter der Telefonnummer 069 – 98 66 35 46

- *Montag, 13. Januar von 19.15 bis 20.30 Uhr*

#### **Gelassenheit und Lebensqualität– die AT-Gruppe zum Vertiefen**

5 Termine, jeweils von 19.15 Uhr bis 20.30 Uhr

Mo, 13.01. 2020    Mo, 18.05. 2020

Mo, 17.02. 2020    Mo, 15.06. 2020

Ihre Investition in Gelassenheit und Lebensqualität: 125 Euro (Einzelabend je 35 Euro)

Ein Platz und Ihre Anmeldung ist sicher mit Eingang der Kursgebühr. Bitte zur Anmeldung eine Mail schreiben an: [gb@gabriele-breuninger.de](mailto:gb@gabriele-breuninger.de)

### **Februar 2020**

- *Montag, 03. Februar von 20 bis 21 Uhr*

#### **Info-Abend Alexander-Technik**

Der Abend ist kostenfrei und Sie brauchen sich nicht anzumelden. Kommen Sie einfach vorbei und bringen Sie Ihre Neugier mit – und gerne auch Freunde. Bei Fragen erreichen Sie mich unter der Telefonnummer 069 – 98 66 35 46

- *Montag, 17. Februar von 19.15 bis 20.30 Uhr*

#### **Gelassenheit und Lebensqualität– die AT-Gruppe zum Vertiefen**

2. Termin, Info siehe 13. Januar

- *Samstag, 29. Februar von 10.00 bis 18.00 Uhr*

#### **Messe „Gesund leben“** Jahrhunderthalle Höchst (Frankfurt)

Vortrag um 15.00 Uhr „Zwischen Tasten, Maus und Telefon – gesund und gelassen arbeiten“



## **März 2020**

- **Sonntag, 01. März von 10.00 bis 18.00 Uhr**

**Messe „Gesund leben“** Jahrhunderthalle Höchst (Frankfurt)

Vortrag um 15.00 Uhr „Zwischen Tasten, Maus und Telefon – gesund und gelassen arbeiten“

- **Montag, 02. März von 20 bis 21 Uhr**

**Info-Abend Alexander-Technik**

Der Abend ist kostenfrei und Sie brauchen sich nicht anzumelden. Kommen Sie einfach vorbei und bringen Sie Ihre Neugier mit – und gerne auch Freunde. Bei Fragen erreichen Sie mich unter der Telefonnummer 069 – 98 66 35 46

- **Montag, 16. März**

**Gelassenheit und Lebensqualität – die AT-Gruppe zum Vertiefen**

3. Termin, Info s. 13. Januar 2020

- **Mittwoch, 18. März, 19.00 Uhr bis 21.30 Uhr**

**Wie Ihr perfekter Auftritt gelingt**

Gewinnen Sie Sicherheit durch die richtige Haltung und finden Sie Ihren perfekten Businessstil, fair und nachhaltig produziert in Frankfurt am Main. Nutzen Sie Ihre Haltung und Stil als Erfolgsfaktor für Ihren Auftritt. Gabriele Breuninger und Olivia Dahlem vom Modelabel Coco Lores, Businessmode für Frauen, führen Sie durch den Abend, mit Impulsvortrag und Stylingberatung, Häppchen, Drinks & Networking.

## **April 2020**

- **Freitag, 03. bis Sonntag, 05. April**

**Gabriele Breuninger als Gastlehrerin in der Alexander-Technik-Ausbildung bei Peter Nobes, South Bank Alexander Technique Centre, London**



- *Montag, 06. April von 20 bis 21 Uhr*

**Info-Abend Alexander-Technik**

Der Abend ist kostenfrei und Sie brauchen sich nicht anzumelden. Kommen Sie einfach vorbei und bringen Sie Ihre Neugier mit – und gerne auch Freunde. Bei Fragen erreichen Sie mich unter der Telefonnummer 069 – 98 66 35 46

## **Mai 2020**

- *Montag, 04. Mai von 20 bis 21 Uhr*

**Info-Abend Alexander-Technik**

Der Abend ist kostenfrei und Sie brauchen sich nicht anzumelden. Kommen Sie einfach vorbei und bringen Sie Ihre Neugier mit – und gerne auch Freunde. Bei Fragen erreichen Sie mich unter der Telefonnummer 069 – 98 66 35 46

- *Sonntag, 17. Mai von 10 bis 16.30 Uhr*

**Zwischen Tasten, Maus und Telefon – entspannt arbeiten im Büro mit Alexander-Technik**

VHS Frankfurt HÖCHST

Anmeldung auf <http://www.vhs.frankfurt.de>

- *Montag, 18. Mai von 19.15 bis 20.30 Uhr*

**Gelassenheit und Lebensqualität – die AT-Gruppe zum Vertiefen**

4. Termin, Info s. 13. Januar 2020

## **Juni 2020**

- *Montag, 02. Juni von 20 bis 21 Uhr*

**Info-Abend Alexander-Technik**

Der Abend ist kostenfrei und Sie brauchen sich nicht anzumelden. Kommen Sie einfach vorbei und bringen Sie Ihre Neugier mit – und gerne auch Freunde. Bei Fragen erreichen Sie mich unter der Telefonnummer 069 – 98 66 35 46

- *Montag, 15. Juni von 19.15 bis 20.30 Uhr*

**Gelassenheit und Lebensqualität – die AT-Gruppe zum Vertiefen**

5. Termin, Info s. 13. Januar 2020

