



## kommunikation und yoga

ein kurs mit urs becker und anja kroll

kommunikation ist anspruchsvoll. mit einem neuen, ganzheitlichen ansatz vermitteln und trainieren wir erfolgreiches kommunizieren. wir verknüpfen an sechs samstagen inhalte aus kommunikation und yoga, sowohl theoretisch als auch in übungen. wir vermitteln grundlegende techniken für wertschätzende kommunikation und üben diese ein. wir reflektieren situationen aus dem alltag und loten handlungsalternativen aus. wir zeigen, wie yoga die mentale grundlage für wertschätzende kommunikation stärkt und üben diese.

kostenlose info-veranstaltung am 13 februar 2018, 20 uhr. – kursdaten 2018:

**17 märz | 24 märz | 28 april | 26 mai | 23 juni | 30 juni**

**10 - 16 h | 10 - 13 h | 10 - 16 h**

360 chf | exklusive mittagessen | teilnehmerzahl begrenzt | anmeldung erforderlich

auskunft & anmeldung: urs becker | [urs.becker@beckerkom.ch](mailto:urs.becker@beckerkom.ch) | 079 540 44 56 |  
[www.ursbecker.ch](http://www.ursbecker.ch) | [www.giraffenyoga.ch](http://www.giraffenyoga.ch)

