



Angstfrei zur Geburt

Mit (Selbst-)Hypnose Schmerzen lindern

Was:

Online-Kurse zur Geburtsvorbereitung mit Entspannungsübungen, Übungen zur Angstbewältigung, Übungen zur (Selbst-)Hypnose, Übungen zu Atemtechniken

Verschiedene Videos, Texte und Audiodateien leiten dich an und unterstützen dich dabei, dich auf eine liebevolle Geburt vorzubereiten.

Wer:

Dr. rer. nat. Mareike Dittmer, Heilpraktikerin für Psychotherapie

Wo:

www.geburtsvorbereitung-in-berlin.de

Dein Rabattcode

Angstfrei zur Geburt

Mit (Selbst-)Hypnose Schmerzen lindern



Lerne Möglichkeiten kennen, wie du dich selbst oder wie dein Partner dich in einen tiefen Zustand der Entspannung versetzen kann.

Im Kurs „Angstfrei zur Geburt – Mit Selbsthypnose Schmerzen lindern“ gehst du durch 4 verschiedene Kapitel:

1. Kapitel: Übungen zur Angstbewältigung
2. Kapitel: Übungen um in Trance/ Entspannung zu kommen
3. Kapitel: Übungen zur Schmerzlinderung
4. Kapitel: Übungen zur Selbsthypnose

Du kannst den Kurs 9 Monate lang sooft machen, wie du möchtest. Alle Übungen werden live erklärt.

Tranceübungen stehen zusätzlich als Audiodateien zur Verfügung. Diese kannst du bequem im Bett oder während der Geburt mit deinem Handy hören und dich in einen tiefen Zustand der Entspannung versetzen.

Ich wünsche dir ganz viel Spaß, Deine Mareike.

Du kannst dich auch 9 Monate live coachen lassen. Jede Woche, 3 Stunden stehen mein Team und ich dir hilfreich zur Seite.

Wähle den Kurs:

„Angstfrei zur Geburt – Mit Selbsthypnose Schmerzen lindern
--- Onlinecoaching ---“