

# Hildesheimer Gesundheitstraining

## Zuversicht – Erholung – Lebensfreude

Über verschiedene Entspannungstechniken,  
mentale Trainingsmethoden und Übungen  
selbst aktiv die Gesundheit unterstützen

Kostenfreies Kursangebot in Zusammenarbeit mit der  
HAWK Hildesheim / Holzminden / Göttingen

**Start ab Mittwoch 12. September 2012 (9X)  
jeweils 16.00 - 18.30 Uhr**

Folgetermine 19.9., 26.9., 10.10., 17.10., 7.11.,  
14.11., 21.11., 28.11 Änderungen vorbehalten

### **Eugen-Reintjes-Haus**

Seminarraum im FIZ (2. Etage)  
Osterstraße 46  
31785 Hameln

### **Anmeldung und Information**

Andrea Hahne („ANI CA“)  
Telefon: 05151-971290  
Mail: [ani-ca@t-online.de](mailto:ani-ca@t-online.de)  
Internet: [www.ani-ca.de](http://www.ani-ca.de)