



**Marlene Klisch**  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Entspannungspädagogin

## Jahresprogramm 2020

## Therapie und Entspannung

Marlene Klisch - Hebelstr. 1 - 79104 Freiburg - Tel. 0761 500755 - mobil 0172 8022400 - info@marlene-klisch.de - www.marlene-klisch.de

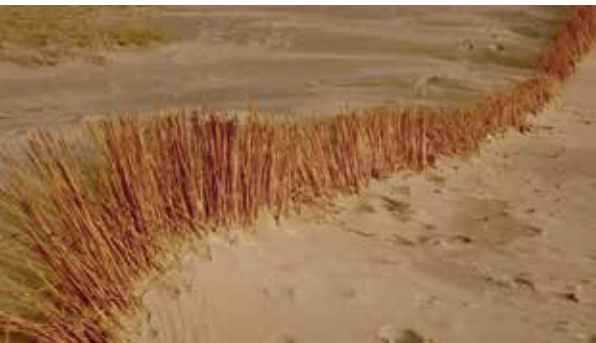
### Körperpsychotherapie

In **körpertherapeutischen Sitzungen** lernt man sich selbst besser kennen, entdeckt, womit man sich stärken, mehr Sicherheit geben kann. So kann man Konflikten leichter lösen, Kontakte fördern, Begegnungen intensivieren, Krisen bewältigen und mehr Lebenslust und Lebensfreude erleben.

**Einzelsitzungen**

**75 min**

**70 €**



**Entspannung** finden. In verschiedenen Varianten wird körperliche und seelische Entspannung gefördert. Mit klassischen Entspannungsverfahren wie Progressive Muskelentspannung (PME) oder Autogenes Training aber auch mit Atem- und Achtsamkeitsübungen oder meditativer Körperwahrnehmung wird nachhaltige innere Ruhe und Gelassenheit erreicht.

**Einzelsitzungen**

**60 min**

**60 €**

**Massage** fördert körperliche Entspannung und seelische Gelassenheit. Lösende Massage von Muskeln und Bindegewebe lindert Beschwerden, lockert die körperliche und seelische Anspannung. Löst sich die äußere Haltung und die Spannung der Muskeln auf, kann auch die Seele loslassen.

**Einzelsitzungen**

**60 min**

**60 €**

### Wandern *plus*

**Sonntag, 12. Juli 2020 - Wandern und Singen auf dem Gazon du Faing**

*Eine Kooperation mit dem Schwarzwaldverein und Steiert Reisen*



Einfache Wanderung mit weiten Ausblicken vom Vogesenkamm. Gemeinsam lassen wir Kanons, Circlesongs und andere einfache Lieder vom Taubenklangfelsen über's Tal klingen. Martina Freytag, Chorleiterin und Komponistin dirigiert, Marlene Klisch führt die Wanderung. Für jede und jeden mit Lust am Singen und an Bewegung in der Natur. Bitte Bergschuhe, Regenkleidung und Rucksackvesper mitnehmen. Anmeldung bei Steiert-Reisen.

**Anfahrt im Bus, geführte Wanderung, Gesangsleitung**

**29 €**





**Marlene Klisch**

Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Entspannungspädagogin

## Jahresprogramm 2020

## Wandern mit Genuss

Marlene Klisch - Hebelstr. 1 - 79104 Freiburg - Tel. 0761 500755 - mobil 0172 8022400 - info@marlene-klisch.de - www.marlene-klisch.de

### Samstagswandern mit Genuss – Tagestouren in den Vogesen

*Wanderführung & Anfahrt in Fahrgemeinschaften 20 €*

**Samstag, 21. März 2020**  
*Von Ribeauviller  
zum Chateau Billstein*



**Samstag, 10. Oktober 2020**  
*Petit Ballon und Steinberg*



**Samstag, 25. April 2020**  
*Von Wettolsheim zu den  
3 „Exen“ über Eguisheim*



**Samstag, 26. September 2020**  
*Vom Gipfel des Griebkopf  
Ausblick auf den Lac de  
Kruth-Wildenstein*

**Sonntag, 12. Juli 2020**  
*Wandern & Singen mit Martina Freytag  
Auf dem Gazang du Faing – für jede/n mit  
Freude am Singen und Bewegung in der Natur*



**Samstag, 30. Mai 2020**  
*Vom Lachtelweiher zum  
Bärenkopf*

**Samstag, 20. Juni 2020**  
*Auf den Ballon d'Alsace und Ronde Tête*

### & Wanderwochenenden in den Alpen

**Samstag/Sonntag, 29./30. August 2020**  
*Wanderwochenende Engstligenalp  
Wanderführung, Anfahrt, Seilbahn  
1 Übernachtung/HP 220 €*



**Freitag, 24. - Sonntag, 26. Juli 2020** **Wanderwochenende Morgetenalp**  
*Anfahrt, Wanderführung, 2 Übernacht./HP im Mehrbettz. 260 €, im DZ plus 2 x 20 €*

*Anmeldung und weitere Informationen per Telefon oder Email*  
**Treffpunkt P & R Parkplatz A5 Bad Krozingen Auf Wunsch: Regelmäßige Info zu den Wanderungen**