

Pensionierung

Neue Impulse

Ein Tag für alle, die sich auf die Pensionierung vorbereiten und diese neue Lebensphase bewusst angehen möchten. Ein Kurs mit praktischen Übungen in Atem und Bewegung für eine ganzheitliche und ausgeglichene Herangehensweise.

- Wann:** 8. November 2025 von 9 – 16 Uhr
- Wo:** PraxisRaum Vorstadt, Hintere Vorstadt 16, 5000 Aarau
Zugang 4. Stock mit Lift; Parkhaus Kasino oder Citymärkt benützen.
- Inhalt:** Die Pensionierung ist ein bedeutender Übergang im Leben, der mit immensen Veränderungen begleitet wird. Mit der einzigartigen Kombination aus Pensionierungscoaching und Atem-/Bewegungsübungen finden Sie Klarheit und Gelassenheit, erkennen Ihre Werte und Ressourcen.
Mit dieser Leichtigkeit eröffnen sich neue Chancen und Sie können aktiv und freudig in die neue Lebensphase starten.
- Es lohnt sich für diese Veränderung, bewusst Zeit und Energie einzusetzen und mit aktiver Lebensfreude und Gewissheit die Pensionierung geniessen zu können.
- Mitbringen:** Einen Imbiss zum Zmittag, bequeme Kleider;
Früchte und Getränke stehen zur Verfügung
- Kosten:** Fr. 140.-/Person, für Paare Fr. 250.-
- Kursleitung:** Beatrice Binder, dipl. Atem- und Körpertherapeutin
Regula Rickenbacher, betriebliche Mentorin mit eidg. Fachausweis
- Anmeldung:** E-Mail: info@atempraxis-binder.ch oder kontakt@r-aufwaerts.ch
Sichern Sie sich einen Platz mit frühzeitiger Anmeldung, spätestens bis am 24. Oktober 2025; max. 10 Teilnehmende pro Durchführung.
Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Wir freuen uns, Sie auf diesem inspirierenden Weg begleiten zu dürfen.

Beatrice Binder & Regula Rickenbacher