

CZV-WAB Kurs Nr. 266 – Der Stress mit dem Stress

Kursdatum: Freitag, 19. Januar 2024, 08:00 – 17:00 Uhr

Kursthema: **Der Stress mit dem Stress**

- Stress, was ist das?
- Die Stressmaschine Mensch
- So bewältige ich Stresssituationen
- Eigene Ressourcen „managen“
- Stress und Emotionen

Kosten: **CHF 220.– (inkl. SARI-Registration)**
Per Rechnung zu bezahlen vor Kursbeginn

inbegriffen: Mittagessen / Kaffee / kalte Getränke / Snacks

Treffpunkt: **Theorielokal Fahrschule RUFER GmbH**
Zürcherstrasse 350
8500 Frauenfeld
(auf dem Areal der Firma Böni)

Falls Sie verhindert sind, bitten wir Sie um Abmeldung mind. 48 Stunden vor Kursbeginn, ansonsten werden die Kurskosten verrechnet. Die Teilnehmerzahl ist limitiert.

Freundliche Grüsse

Fahrschule RUFER