



„Suggestive Tiefenentspannung“

**von Dr.med. Ute-Heide Kleppik
mit Musik von Robert Franz**

Kostenlos, aber nicht umsonst!

Gerade in diesen Zeiten haben manche Menschen Ängste und Sorgen, die sie vielleicht sogar schlecht schlafen lassen.

Guter Schlaf ist jedoch wichtig, damit wir zu Kräften kommen und gesund und stark sein können!

Die Suggestive Tiefenentspannung für den **Abend ist ein Angebot, das uns dabei helfen kann.**

Für einen guten Start in den Tag wird zusätzlich die Suggestive Tiefenentspannung für den **Morgen angeboten.**

Beide Meditationen finden Sie zum kostenlosen Download auf www.positive-lebensfuehrung.de