



## GESUNDHEITSSCHULE HILDEGARD VON BINGEN

# **TRE – TENSION AND TRAUMA RELEASING EXERCISES**

TRE steht für Tension, Stress, and **T**rauma **R**eleasing **E**xercises. TRE ist eine einfache Technik, die Übungen nutzt, um Stress und Spannungen im Körper zu lösen, die sich im Alltag, in schwierigen Situationen oder während traumatischer Lebenserfahrungen im Körper ansammeln.

Diese einfachen Übungen helfen, tiefe Verspannungen im Körper zu lösen, indem sie einen selbstkontrollierten muskulären Schüttelprozess im Körper auslösen, den sogenannten neurogenen oder selbstinduzierten therapeutischen Tremor.

**Einführungsworkshop/Modul I** zum Kennenlernen der Methode, zur Selbsterfahrung und als Basis für die zertifizierte Fortbildung: **Freitag, 29. Jänner, 10h bis Sonntag, 31. Jänner 2021, 17h**

**Ort:** 1070 Wien **Kosten:** € 400.-

**Kursleitung:** Dr. Brigitte Berger, Dr. Ulrike Pschill

**Information:** [bergerb@chello.at](mailto:bergerb@chello.at)

**Anmeldung:** [u.pschill@bingen.at](mailto:u.pschill@bingen.at)

[www.traumaprevention.com](http://www.traumaprevention.com)

[www.treaustria.com](http://www.treaustria.com)

2700 Wiener Neustadt, Lederergasse 8 Tel.: 02622/87111, Fax: DW 13  
[www.bingen.at](http://www.bingen.at) [wr.neustadt@bingen.at](mailto:wr.neustadt@bingen.at)  
Dependance 1070 Wien, Lindengasse 28

Anmeldeschluss ist der 30.12. 2020.

Die Anmeldung ist gültig nach Gutschrift der gesamten Kursgebühr von € 400,-

auf dem Konto der Bank Austria BLZ 12000  
Kontonr. 686 138 405

ltd. auf Ambulatorium Pschill  
IBAN: AT43 1200 000686138405 BIC: BKAUATWW

Zahlungsgrund: TRE Modul I Jan. 2021

Stornogebühr: bis 4 Wochen vor Kursbeginn 10% der Kursgebühr, bis 2 Wochen davor 50%, danach ist keine Rückerstattung mehr möglich, ausser es wird ein/e Ersatzteilnehmer/in genannt.

Die Vergabe der Plätze erfolgt in der Reihenfolge der Zahlungseingänge.