



## GESUNDHEITSSCHULE HILDEGARD VON BINGEN TRE – TENSION AND TRAUMA RELEASING EXERCISES

### Offene Übungsgruppen – Termine für Jänner, Februar & März 2023

#### Über Zoom:

Samstag von 10:30h - 12:00h

Anmeldung bei Andrea Diamant für den 14.01., 11.02. und 11.03. unter [a.diamant@gmx.at](mailto:a.diamant@gmx.at) und bei Stefan Demmerer für den 28.01. unter [office@sdemmerer.at](mailto:office@sdemmerer.at)

#### In Präsenz

Montag von 18:00h - 19:30h **Siebenbrunnengasse 21/1/1.01A, 1050 Wien** Anmeldung bei Andrea Diamant für den 16.01., 30.01., 06.02., 20.02., 06.03. und 20.03. unter [a.diamant@gmx.at](mailto:a.diamant@gmx.at)

Dienstag von 18:30h – 20:00h, **Ambulatorium Pschill, Joanelligasse 10, 1060 Wien** Anmeldung bei Ulrike Pschill für den 10.01., 24.01., 14.02., 28.02., 14.03. und 28.03. unter [upschill@treustria.com](mailto:upschill@treustria.com)

Mittwoch von 17:00h - 18:30h **Zentrum Berggasse, Berggasse 33, 1090 Wien** Anmeldung bei Theresia In der Maur für den 08.03., 15.03., 22.03. und 29.03. unter [theresiaindermaur@yahoo.com.ar](mailto:theresiaindermaur@yahoo.com.ar) oder +43 699 19008025

Freitag von 17:00h - 18:30h **Zentrum Berggasse, Berggasse 33, 1090 Wien** Anmeldung bei Stefan Demmerer für den 13.01., 27.01., 10.02., 24.02., 10.03. und 24.03. unter [office@sdemmerer.at](mailto:office@sdemmerer.at)

Dienstag von 18:30 - 20h **Ambulatorium Schneeberggasse 90, 2700 Wiener Neustadt,** Anmeldung bei Andrea Hajek für den 14.02., 28.02., 07.03., und 21.03. unter +43 676 625 4629 oder [andrea.hajek@aon.at](mailto:andrea.hajek@aon.at)

Der Unkostenbeitrag für eine Übungseinheit (90 Min.) beträgt € 20.-

Wenn Sie teilnehmen wollen, melden Sie sich bitte 3 Tage im Voraus an. Um die Plätze an Interessierte zeitgerecht weitergeben zu können, ersuchen wir um eine Absage der Teilnahme spätestens 24 Stunden vor dem Übungstermin.

2700 Wiener Neustadt, Schneeberggasse 90 [info@bingen.at](mailto:info@bingen.at)  
[www.bingen.at](http://www.bingen.at) [wr.neustadt@bingen.at](mailto:wr.neustadt@bingen.at)  
Dependance 1060 Wien, Joanelligasse 10