

Mein Name ist Daniela Bertram und ich leite die Entspannungskurse der progressiven Muskelentspannung, das autogene Training und den Eltern - Kind Entspannungskurs. Ich ging schon mit meiner Tochter von Baby an ins balou und als sich die Möglichkeit ergab ein Teil des balou Teams zu werden, ergriff ich diese tolle Chance.

In meinen Kursen ist es mir besonders wichtig, dass die Teilnehmer*innen Zeit für sich haben, sich in ruhiger Atmosphäre wieder auf sich zu besinnen, den Alltagsstress für eine Zeit zu vergessen und sich zu entspannen. Dies ist gerade in der heutigen schnellen und stressigen Zeit äußerst wichtig.

Ich freue mich darauf bald wieder viele interessante Menschen kennen zu lernen und ihnen zu helfen, ihr Leben etwas zu entschleunigen.

