



KreativWorkshops & Entspannungstraining  
LRS- und Dyskalkulietraining & Lerncoaching

Hauptstraße 7  
93133 Burglengenfeld  
+49 179 1322561

[www.relax-kids.de](http://www.relax-kids.de)  
[info@relax-kids.de](mailto:info@relax-kids.de)



# Andrea Schmalzl

- ✓ Wirtschaftsfachwirt
- ✓ zertifizierter Entspannungstrainer für Kinder und Jugendliche
- ✓ zertifizierter Stresstrainer für Kinder und Jugendliche
- ✓ zertifizierter Lerncoach
- ✓ anerkannter Legasthenietrainer
- ✓ anerkannter Dyskalkulietrainer
- ✓ ....Mama von Zwillingen
- ✓ Inhaberin der Relax Kids Burglengenfeld





# Entspannungstraining

- ✓ Erlernen des Autogenen Trainings
- ✓ kindgerechte Yogaübungen
- ✓ Philosophieren (Themen: Freundschaft, Angst, Wut uvm.)
- ✓ Wahrnehmungs- und Konzentrationsspiele
- ✓ Ruherituale
- ✓ Kreativworkshops
- ✓ Umgang in Stresssituationen
- ✓ ...verbunden mit Spaß, Freude und ganz viel Lachen!



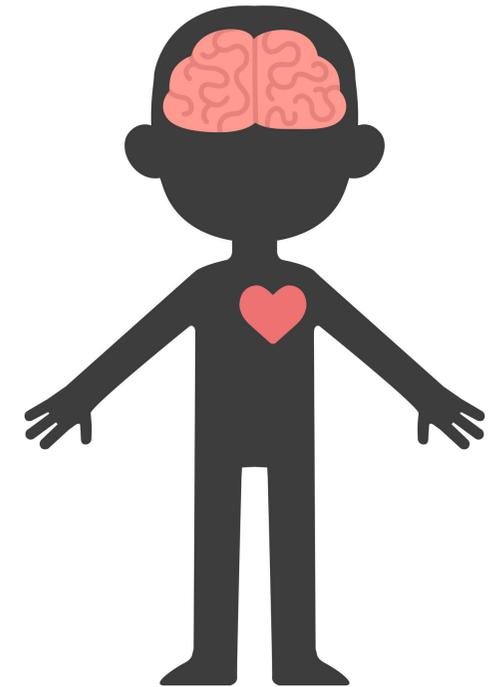
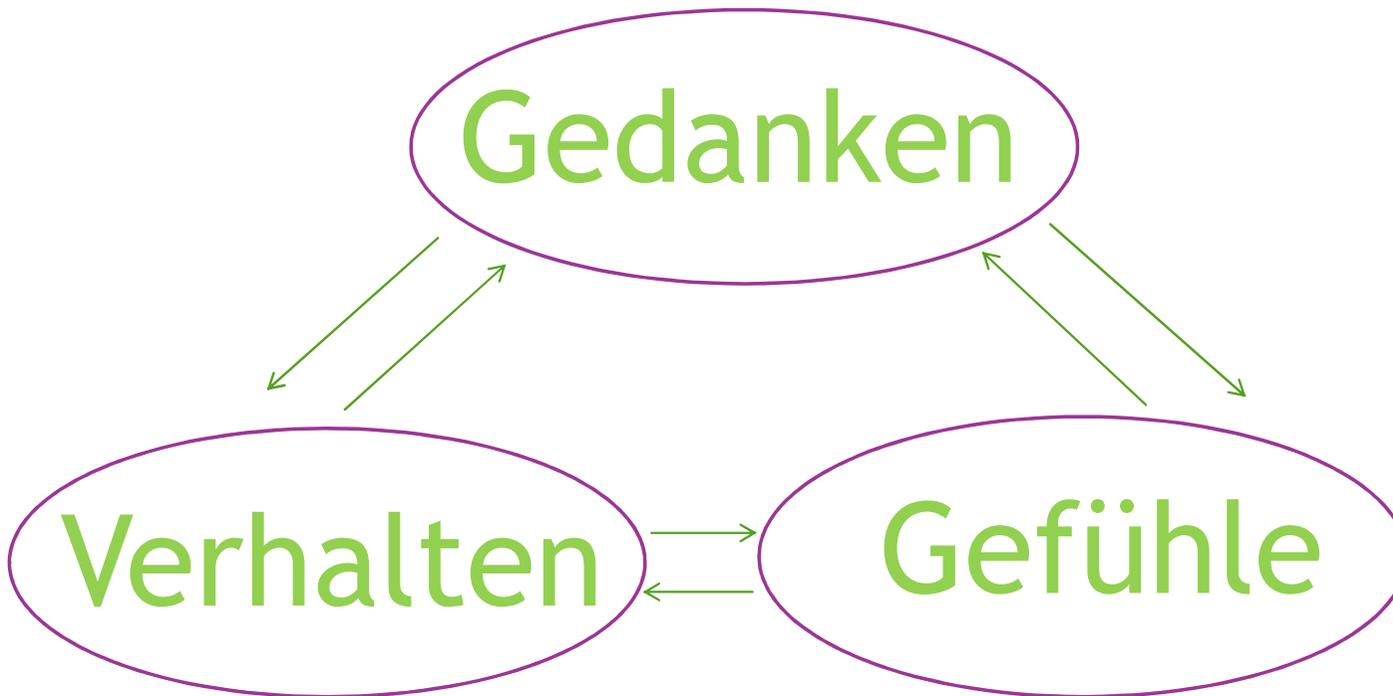
In Gruppen- wie auch Einzeltrainings

**RELAX**  
**KIDS** 

KreativWorkshops & Entspannungstraining  
LRS- und Dyskalkulietraining & Lerncoaching



# Die Macht der Gedanken





# Stresspräventionstraining

- ✓ Gefühle und Körper!
- ✓ Genießen und (Rollen) spielen
- ✓ Lieblings-Entspannung  
(Erlernen der progressiven Muskelentspannung)
- ✓ Hetzen oder Pause machen?
- ✓ Planen und locker lassen!
- ✓ Entspannende Gedanken
- ✓ ...verbunden mit Comics, Spaß, Freude und ganz viel Lachen!



In Gruppen- wie auch Einzeltrainings

**RELAX**  
**KIDS** ®

KreativWorkshops & Entspannungstraining  
LRS- und Dyskalkulietraining & Lerncoaching



# Lerncoaching

- ✓ großes Portfolio an effizienten Lernstrategien
- ✓ Zieltraining
- ✓ Motivationsstrategien
- ✓ Wahrnehmungsübungen
- ✓ Gedächtnistraining
- ✓ Lernorganisation
- ✓ Konzentrationstechniken



In Gruppen- wie auch Einzeltrainings