

## **Hotel Valbella Resort AG Lenzerheide**

«Der Tageskurs mit der verbalen und körperlichen Selbstbehauptung hat uns den Rücken gestärkt und gezeigt, dass wir unsere verbale Kommunikation mit der richtigen Körperhaltung festigen können»

«Zuschlagen und die eigene Kraft spüren hat Spass und Mut gemacht»

«Die verschiedenen Schlagtechniken lassen einem Kraft verspüren»

«wir haben den Raum selbstbewusster verlassen und blicken auf ein positives Erlebnis zurück»

---