

Die Bäuerinnen.

natürlich · gemeinsam · lebendig



Der Arbeitskreis der „gesunden Gemeinde“
Eschenau und die Bäuerinnen laden ein:

VORTRAG

Karin Schneider, SVB

Kraft und Energie durch Entspannung

Inhalt des zweistündigen Workshops:

Warum ist Entspannung wichtig?

Wie kann man sich richtig entspannen?

Praktische Tipps für zu Hause

Entspannung im Alltag

Kennenlernen von Entspannungstechniken

Bequeme Alltagskleidung ist ausreichend.

Dienstag, 21. März 2017, 19:00 Uhr

Ort: Pension Voralpen, Eschenau

Eintritt: Freiwillige Spenden

Wollen Sie über die Veranstaltungen und Aktivitäten der gesunden Gemeinde Eschenau per E-Mail informiert werden: Senden Sie bitte ein E-Mail an a.umgeher@aon.at