



Gesunde Gemeinde Frauental



Gesundheitstage im Freibad Frauental

Mittwoch, 28. Juni 2022

18:00-19:00



Gruppe - Glückliche sein kann gelernt werden

Förderung der psychischen Gesundheit zur Erlangung von innerem Wohlbefinden

Mag.^a Sophie Engele

Donnerstag, 29. Juni 2022

19:00-20:30



Yoga - Gruppe

Verbesserung des Körpergefühls, Harmonisierung von Körper, Geist und Seele, Förderung der inneren Ruhe & Konzentration. Bitte bring deine eigene Matte und Decke mit!

Mag.^a Sophie Engele

Freitag, 01. Juli 2022

17:00-18:00



Shiatsu Chair Massage Einzeleinheiten

Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Organismus und Steigerung des körperlichen Wohlbefindens

MMag.^a Tanja Blanck-Kremser

18:30-19:45




Qigong - Gruppe

Übungen aus dem Qigong für die Entspannung und zur Stärkung von Vitalität und Gesundheit

Mag. Christian Bretterklierer

 Alle Veranstaltungen finden direkt im Freibad statt!

 Anmeldung direkt im Freibad an der Kasse, 3€ pro Veranstaltung