



**vornebenmit**  
mehr Antworten · weniger Fragen

# VORTRAG & WORKSHOP

## VITALITÄT SPÜRBAR ERLEBEN

# SO, 24.11.24

11 - 17 UHR  
TREFFPUNKT BRUCKMÜHLE  
VAIHINGERSTR. 23  
SCHWIEBERDINGEN



Jasmin trägt vor, Sandra macht Yoga, Leonie kocht

Erleben Sie einen inspirierenden Tag rund um Gesundheit & Wohlbefinden:

- Informative Vorträge: Gesunde Ernährung, Immunsystem & Stressmanagement
- Praktische Übungen: Yoga im Sitzen, Atemtechniken zur Stressregulation
- Gesunde Verköstigung während des Seminars als kulinarische Umsetzung der Vortragsthemen

Inkl.  
Infomappe  
und  
Rezepte

Starter-Preis pro Person:  
169 € inkl. Genussmappe & Rezepte

Jetzt anmelden  
[mehr@vornebenmit.de](mailto:mehr@vornebenmit.de)  
[www.vornebenmit.de](http://www.vornebenmit.de)  
Max. 20 Personen  
Anmeldeschluss: 10.11.24

