

Wellnesstag für Frauen

Geschrieben von: Administrator

Donnerstag, den 14. Juli 2011 um 11:36 Uhr - Aktualisiert Mittwoch, den 24. Februar 2016 um 11:29 Uhr

Die kleine Auszeit!

Dieser Tag gehört uns Frauen - zum Innehalten und verwöhnen mit Massagen und Gesichtsmasken.

Mit effektiven und spielerischen Übungen werden wir unter anderem auch gemeinsam Techniken erlernen, die uns helfen schnell und wirkungsvoll für den Alltag Kraft zu schöpfen. Freuen Sie sich auf einen (ent)spannenden Tag!



Highlights

- wohltuende Gesichtsmassagen mit pflegender Gesichtsmaske
- Handmassage mit Aromaöl - Peeling
- effektive Lockerungs- und Dehnungsübungen für den verspannten Nacken und Rücken

Wellnesstag für Frauen

Geschrieben von: Administrator

Donnerstag, den 14. Juli 2011 um 11:36 Uhr - Aktualisiert Mittwoch, den 24. Februar 2016 um 11:29 Uhr

- Traumreise zum Davon schweben
- Progressive Muskelentspannung
- Braingym Übungen für den „Schwung“ im Kopf
- Akupressur zur Stressbewältigung

Der Kurs kostet 85 €,- und beinhaltet Verwöhnzeit von 10.00 bis 16.00 inklusive einem kleinem Mittagessen.

Nächster Termin: □ Samstag, der 30. April □

Ich freue mich auf Sie!

Anmeldung 0531 / 87 78 82