



Bild

Foto: A. Grabherr

Gesundheitswochenende

Körper, Geist und Seele in Einklang bringen

Termin: 29.07.2023 bis 30.07.2023

Beginn: Samstag, 10:00 Uhr **Ende:** Sonntag, 16:00 Uhr

Beschreibung

Unser Alltag fordert uns täglich heraus. An diesem Wochenende gehen wir der Frage nach, was für die Entstehung und Erhaltung unserer Gesundheit förderlich ist. Dabei werden wir uns mit dem Gesundheitskonzept von Pfarrer Sebastian Kneipp beschäftigen, theoretische Grundlagen kennenlernen und die Wasseranwendungen auch praktisch ausprobieren.

Ein Leben nach Kneipp ist einfach, es kostet fast nichts, nicht einmal viel Zeit. Deshalb lässt es sich sehr gut in den Alltag integrieren. Dadurch stärken wir unser Immunsystem, verbessern unsere Fitness und erhöhen die Widerstandsfähigkeit gegen körperliche und seelische Belastungen im Alltag. Starten Sie mit Leichtigkeit und Lust am Ausprobieren in den Sommer.

Für Frauen, die in Kur waren, bietet sich das Wochenende auch als Kur-Nachsorge an. Wenn Sie in den letzten fünf Jahren in Kur waren erhalten Sie eine Ermäßigung von 20,- Euro.

Zielgruppe(n):

interessierte Frauen und Männer

Leitung & Referentin:

Andrea Grabherr, KAB Frauen und Gesundheit

Ort:

St. Luzen, 72379 Hechingen

Kosten:

139,- Euro; für KAB-Mitglieder 99,- Euro; bei Doppelzimmerbelegung 5,- Euro Ermäßigung pro Person

Anmeldung:

Per Mail unter KAB@blh.drs.de oder telefonisch unter 0711 9791 4640
Anmeldeschluss ist der 21. Juni 2023

Abmeldung/Ausfallgebühr:

Erreicht uns eine Abmeldung erst am 23. Tag vor dem Seminarbeginn, müssen wir Ihnen den vollen Teilnehmerbeitrag in Rechnung stellen.