

TAGE DER OFFENEN TÜR

26/27 APRIL 2025

Zwei Tage voller Inspiration, Entspannung & ganzheitlichem Wohlbefinden!

Vorträge & Infos zu alternativen Heilmethoden, Gesundheit, Ernährung & Spiritualität
Workshops & Schnupperbehandlungen mit erfahrenen Therapeuten
Neue Impulse für ein achtsames, gesundes Leben

Samstag, 26.4.2025

- **10.00 Begrüßung** Dr. med.univ Tam Nguyen-Tschurtschenthaler
- **11.30-12.30 Sanftes Rücken yoga**
- 13.00 Mittagessen Preis 15,- €
- **14.00 VORTRAG "DIE SUCHE NACH DEM GLÜCK"**-Wege aus der Depression mit Mag. Eva Ruprechtsberger
- **15.15 Meditation/Atemworkshop**
- **18.00 Vortrag "DIE MACHT DER GEDANKEN"**-wie sie uns beeinflussen Karin Schaurhofer Dipl.Mentaltrainer/Spiritcoach

Sonntag, 27.4.2025

- **10.00 VORTRAG "DAS WISSEN ALTER STAMMESKULTUREN"** - Einführung in Schamanismus mit Mag. Eva Ruprechtsberger
- **11.30-12.30 Achtsamkeits Yoga**
- 13.00 Mittagessen Preis 15,- €
- **14.00 VORTRAG "FASTEN HEUTE - SINN ODER UNSINN"** mit Christine Fegerl
- **15.15 Meditation/Atemworkshop**
- **17.30 VORTRAG "WELCHE ERNÄHRUNG PASST ZU MEINEM TYP?"** aus Sicht der TCM Dr. med.univ Tam NguyenTschurtschenthaler
- **19.00 Klavierkonzert**

Lass dich inspirieren und gönn dir Zeit
für dich – wir freuen uns auf dich!