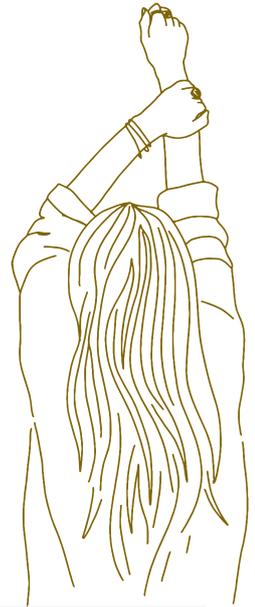


Veranstungsabend

Mit Bewegung und Ernährung
im Gleichgewicht
durch die Wechseljahre
mit Christina Wimmer - Apothekerin
& Ernährungscoach



08. OKTOBER 2025
19:00 - ca. 21:15 Uhr

Schulaula
in Wegscheid



Im Anschluss an den Vortrag:
Beckenboden-Yogastunde mit Lena Freund
Yogalehrerin u. Expertin für Frauengesundheit

Ein Abend für alle Frauen, die sich körperlich und mental
gestärkt durch die Wechseljahre begleitet lassen möchten.

Eintritt frei: Anmeldung erforderlich

Bitte mitbringen:

- Bequeme Kleidung
- Eigene Yogamatte

Kontakt: lana@levie.info od. info@fitathleat.de

