

Mit Power in die Wechseljahre

Sandra Rust-Siegenthaler (Gesundheitstrainerin UGB) und Brigitta Raimann-Ledermann (Polarity - Therapeutin) zeigen uns auf, wie wir positiv in die Wechseljahre gehen können. Programm: Symptome, Zeit der Veränderung als Chance sehen, Ernährung, Bewegung, Naturheilkunde und ganzheitliche Körperarbeit, Hormone und/oder Naturheilverfahren.

Tageskurs

Zeit: 9.30 - 16.00 Uhr

Kosten: Fr. 170.00

(inkl. Mahlzeit und Getränke)