

STRESSABBAU DURCH MEDITATION

in der SaleVita Salzgrotte



Die Meditation hilft uns, einen **tiefen Zustand der Entspannung** zu erreichen und unsere „Alltagsprobleme“ hinter uns zu lassen.

Sie können sich einfach **fallen lassen** und erleben **Wellness pur**. Sie können **Stress abbauen** und neue **Energie tanken** und fühlen sich danach **entspannt und ausgeruht**.

Die Tiefenentspannung wird auch zur **Burn-out-Prophylaxe** angewendet.

„Wellnessurlaub“ für Körper, Geist und Seele.

Dauer?	ca. 60 Minuten
Eintritt?	25,00 €*
Wann?	29. Januar 2019
Beginn?	18.00 Uhr (Anmeldung erforderlich)

** ausgenommen Gutscheine, 5erKarten und 10erKarten*

Weitere Informationen zu den Meditationsabenden erhalten Sie unter www.amavitam.de oder unter Telefon: 07127/7992373.