

# STRESSABBAU DURCH MEDITATION

## in der SaleVita Salzgrotte

amavitam

Liebe das  
Leben



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.**

<b>Dauer?</b>	<b>ca. 60 Minuten</b>
<b>Eintritt?</b>	<b>25,00 €*</b>
<b>Wann?</b>	<b>07. November 2017</b> <b>20. November 2017</b>
<b>Beginn?</b>	<b>18.00 Uhr</b> (Anmeldung erforderlich)

*\* ausgenommen Gutscheine, 5erKarten und 10erKarten*

Weitere Informationen zu den Meditationsabenden erhalten Sie unter [www.amavitam.de](http://www.amavitam.de) oder unter Telefon: 07127/7992373.