

"A boldogság mindenek előtt az egészségből fakad."



2023. 10. 07.

TEST-LÉLEK-SZELLELEM-EGÉSZSÉG

Szeretettel várjuk a Malomban tartandó EGÉSZSÉGNAPRA;
Aktiv programok

- 09:00 "Napüdvözlet"- napindító jóga
- 09:30 Dorothy Fitness- nyílt óra Dórizal
- 10:00- 12:00 Egészségügyi állapotfelmérés
Fannival, vércukor és vérnyomásmérés
- 10:00-17:00 Masszázs
- 12:00 Egészséges étkek kóstolója
- 14:00-17:00 Ásványkristály fűzés
(gyermekeknek is)
- 14:00-17:00 Csillámtetkő

Előadások egészség témakörben

- 10:00 "Gyengédség a testnek és a léleknek"
avagy a KINEZIOLÓGIÁRÓL Farkas Szilviával
- 11:00 "Csak ülök, és mesélek"
Egészségről Nagy Pistával
- 12:30 "Gyökerek nélkül nem lehet repülni"
családállítás-önismeret a FLOWers Életmód Műhellyel
- 13:00 A táplálkozás és egészségünk
Kókainé Viczián Bea előadása
- 14:00 Egészséges életmód
Barabásné Mitykó Csilla előadása
- 15:00 Vaszati - élet-és térrendezés a
természet törvényei szerint Megyeri Ágnes Vaszati
szaktanácsadóval



Háttérprogramok

- Gyógyító fűvek vására
- Olajba zárt egészség- A Föld ajándékai sátor
- Házi kézműves szappanok
- Baba és gyermeksarok; játékok, zene, mese.
- Hajfonás
- Légvár



A programváltozás jogát fenntartjuk. Az előadások ingyenesek, de előzetes jelentkezéshez kötöttek: 53-576-539, muvhaz@tortel.hu