

# Beweg' Dich - für die Seele



out\_shutterstock\_635547851\_Rido.jpg

Teilnahme  
kostenlos!

## Bewegung und Mentaltraining für Ausgleich, gute Laune und soziales Miteinander!

Bewegungseinheiten in der Natur (z. B. Spazieren, Wandern) werden durch Indoor-Einheiten zur mentalen Entspannung & Infos zum psychischen Wohlbefinden ergänzt.

### **Kursstart Straßwalchen Salzburgerstraße 13**

29. April 18:00 - 19:30 Uhr

Informationen zu den Terminen und zur Anmeldung unter

[www. freiluftleben.at/stressfrei](http://www.freiluftleben.at/stressfrei)

Kontakt [info@freiluftleben.at](mailto:info@freiluftleben.at) oder 0664 64 664 23

