

## „Wald-Zeit“ – „Aus-Zeit“

Beim (Nordic)-Walking, bei Achtsamkeitsübungen und Gehmeditationen an Energie- und Ruheplätzen im Wald, stärkst Du einfach und effektiv deine Resilienz, deine innere Widerstandskraft.

Nimm dir die Zeit um tief durchzuatmen! Du findest Zeit zum "Los-Lassen" und erlebst dein „Sein“ mit allen Sinnen. Ich freue mich auf dich!

**4-Termine: freitags á 60 Min**

**Treffpunkt:** Trimm Dich Pfad im Hardtwald: Adenauerring Einfahrt-Eggensteiner Allee

**Fr 06.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 13.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 20.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 27.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**

**Kosten: 64€**

Anmeldung und weitere Informationen:

**PhysioTherapiePraxis**

Christiane Mössinger  
Kaiserallee 54

**T: 0721/9145330**

[www.physio-moessinger.de](http://www.physio-moessinger.de)  
[info@physio-moessinger.de](mailto:info@physio-moessinger.de)

## „Wald-Zeit“ – „Aus-Zeit“

Beim (Nordic)-Walking, bei Achtsamkeitsübungen und Gehmeditationen an Energie- und Ruheplätzen im Wald, stärkst Du einfach und effektiv deine Resilienz, deine innere Widerstandskraft.

Nimm dir die Zeit um tief durchzuatmen! Du findest Zeit zum "Los-Lassen" und erlebst dein „Sein“ mit allen Sinnen. Ich freue mich auf dich!

**4-Termine: freitags á 60 Min**

**Treffpunkt:** Trimm Dich Pfad im Hardtwald: Adenauerring Einfahrt-Eggensteiner Allee

**Fr 06.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 13.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 20.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 27.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**

**Kosten: 64€**

Anmeldung und weitere Informationen:

**PhysioTherapiePraxis**

Christiane Mössinger  
Kaiserallee 54

**T: 0721/9145330**

[www.physio-moessinger.de](http://www.physio-moessinger.de)  
[info@physio-moessinger.de](mailto:info@physio-moessinger.de)

## „Wald-Zeit“ – „Aus-Zeit“

Beim (Nordic)-Walking, bei Achtsamkeitsübungen und Gehmeditationen an Energie- und Ruheplätzen im Wald, stärkst Du einfach und effektiv deine Resilienz, deine innere Widerstandskraft.

Nimm dir die Zeit um tief durchzuatmen! Du findest Zeit zum "Los-Lassen" und erlebst dein „Sein“ mit allen Sinnen. Ich freue mich auf dich!

**4-Termine: freitags á 60 Min**

**Treffpunkt:** Trimm Dich Pfad im Hardtwald: Adenauerring Einfahrt-Eggensteiner Allee

**Fr 06.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 13.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 20.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**  
**Fr 27.10.23 // 16:50-17:50 Uhr**

**Kosten: 64€**

Anmeldung und weitere Informationen:

**PhysioTherapiePraxis**

Christiane Mössinger  
Kaiserallee 54

**T: 0721/9145330**

[www.physio-moessinger.de](http://www.physio-moessinger.de)  
[info@physio-moessinger.de](mailto:info@physio-moessinger.de)