



◆ *Laufen zur Entspannung und sportwissenschaftliche Überlegungen runden das Seminarprogramm ab*

KK

Laufseminar im Kloster

Von 24. bis 26. April haben Sie die Möglichkeit, an einem Laufseminar im Stift Vorau teilzunehmen. Das Kloster und seine Umgebung bieten die ideale Atmosphäre, um zur Ruhe zu kommen und aufzutanken.

Dr. Johannes Huber und Yogalehrerin Margarete Weitzendorf vermitteln in diesem Seminar, wie man Laufen und Spiritualität verbindet. Innerer Einklang,

Wohlbefinden und mehr Energie sind die positiven Folgen. Gemeinsame Läufe und Entspannungsübungen machen das Wochenende zu einer Zeit aktiver Erholung.

INFOS: www.alpha-lauf.at,
info@alpha-lauf.at bzw.
Tel. 0699-11 63 70 39.

ALPHA - Lauf®

