



Würflacher
WellnessWelt

www.wellnesswelt-wuerflach.at



Gesundheitstag

in der Würflacher WellnessWelt

10. September 2022

10:00 bis 17:00 Uhr

mit zahlreichen Stationen
für Ihre Gesundheit

**Outdoor-
programm**

mit Slack Boards,
Slackline, AirFloor,
Challenge Disk,
uvm.

Eintritt kostenlos

GESUNDES
WÜRFLACH



Gesundheitstag

in der Würflacher WellnessWelt

GESUNDHEITSSTATIONEN:

- Blutzucker, Blutdruck und BMI Index
- Seh- und Hörtest + Kinder-Sehtest
- Entspannung „to go“ Kurzmassage zum Lockern und Loslassen
- Vital 4 Heart Einheiten
- Infostand Physiotherapie
- Achtsamkeitsübungen und Kurzvortrag
- Atemmeditation
- Aromatherapie – Feeling-Produkte und Infostand Bioresonanz
- Venenmessung, Orthopädie und Bandagist
- Yoga + Kinderyoga
- Klangmassage Information & Kurzanwendung
- Jin Shin Jyutsu Information & Kurzanwendung
- Fitness tut gut
- Peakflowmeter (Lungenfunktionsmesser)
- Tut gut-Stand
- Backworkshop
- Forever Living Products
- Natur-Vorsorge-Programm
- Bücherei-Stand
- Ausstellung Wanderbekleidung
- Saftbar und mediterrane Salatvariationen im Jederklamm



mehr Informationen unter:
www.wellnesswelt-wuerflach.at/gesundheitstag



YOGA

Dauer: ca. 20 Min.

10:00 Uhr & 16:00 Uhr

Kinder-YOGA

Dauer: ca. 20 Min.

14:30 Uhr

Backworkshop

mit Charlotte
Dorfstätter

11:00 Uhr

14:00 Uhr

Vital 4 Heart Einheiten

11:30 Uhr

13:30 Uhr

15:30 Uhr

VORTRAG

„Gesundheit für Herz und Kreislauf“

von Dr. Gerlinde Reiter

Dauer: ca. 30 Min.

13:30 Uhr

VORTRAG

Achtsam

sein Leben gestalten

von Roswitha Krell

Dauer: ca. 50 Min.

10:30 Uhr & 14:30 Uhr

Atemmeditation

mit Roswitha Krell

Dauer: ca. 25 Min.

11:40 Uhr & 16:00 Uhr

Lauftechnik mit kurzer Laufeinheit

Dauer: ca. 60 Min.

10:00 Uhr

Laufspezifisches Krafttraining

mit Philipp Eibl

Dauer: ca. 60 Min.

11:00 Uhr

Outdoor- programm

mit Slack Boards,
Slackline, AirFloor,
Challenge Disk,
uvm.





Würflacher
WellnessWelt

**GESUNDES
WÜRFLACH**



Massagerie

Die elegante Art sich zu entspannen.

MAYER
DER BANDAGIST

VOGELHUBER
UNITED OPTICS

DIE FACHOPTIKER-KETTE

AUSTRIA

pflege-moni.at

JEDERKLAMM
WÜRFLACH



Die packende Verbindung

Bestattung
SCHEIBENREIF



WIRTSCHAFTSBUND
WÜRFLACH



**Raiffeisenbank
Schneebergland**



Die Niederösterreichische
Versicherung