

# Regeneration und Stärkung



## *Deine Ziele:*

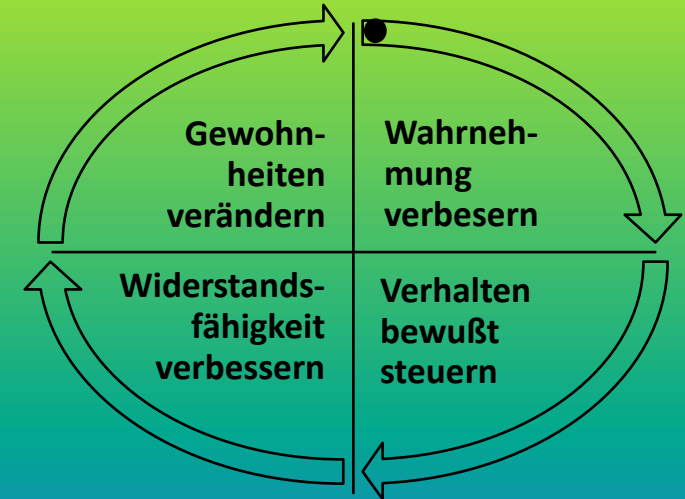
- Verbessern der Selbst-Wahrnehmung
- Erlernen von Entspannung
- Reduktion von Übersäuerung
- Aufbau der Widerstandsfähigkeit
- Bewußtes Verhalten unter Stress
- Vorbeugen von Burnout

## *Unsere Hilfsmittel:*

- TCM-Diagnose, Akupressur, Bioresonanz
- Atemübungen, Meditation, TaiJi, Qigong, Yoga und Kräftigung
- Kräutermischungen und Kräuterwanderungen
- Waldbaden, Eisbaden, Basenbäder
- Philosophiekreis

## *Unsere Qualifikationen:*

- Zertifizierte Personal Trainer, Kräuterpädagogen, NLP- und TCM-Praktiker, Baumpfleger
- Lebenserfahrung, Menschen- und Naturverbundenheit



☎ 0676-656 63 64

✉ [entspannung-regeneration@gmx.at](mailto:entspannung-regeneration@gmx.at)

🌐 [www.entspannung-regeneration.at](http://www.entspannung-regeneration.at)

📍 Dr. Teichmann Gasse 28  
3400 Klosterneuburg