



# Stressmanagement Workshop

Erlernen Sie Methoden und Möglichkeiten zur Stressbewältigung für mehr Balance im Leben.

**Wann:** Samstag, 18.05.19, 10.00 – 13.00 Uhr

**Kosten:** Mitglieder 10,00 € & Gäste 20,00 € (Snacks & Getränke inkl.)

**Referentin:** Viktoria Jatzek,  
Entspannungspädagogin/ Mental-Coach

**Anmeldung:** Bis 16.05.2019 im Vitadrom (erst nach Bezahlung des Events ist die Anmeldung verbindlich).