

Herzliche Einladung

Tag der Impulse

Sonntag, 16. Juni 2024 ab 10 Uhr

Neugierig?

...kommen, schauen,
verweilen und
inspirierende Impulse
mitnehmen...

Sonntag, 16. Juni 2024

Erleben Sie einen Tag der Impulse in unseren Ausstellungsräumen

in je 20-minütigen Vorträgen

11 Uhr und 15 Uhr

Wirbelsäule & Anatomie

Eine gesunde Wirbelsäule ist entscheidend für eine gute Haltung, Beweglichkeit und das allgemeine Wohlbefinden.
Impulse von Nicole Eckert, staatl. gepr. Ergotherapeutin

12 Uhr und 16 Uhr

Ergonomisches Liegen

Ein ergonomisches Schlafsystem kann Nacken- und Rückenschmerzen vorbeugen und zu einem erholsameren Schlaf beitragen. Erfahren Sie mehr darüber.

13 Uhr

Erholsamer Schlafraum

Gestalten Sie Ihren Schlafraum als eine Oase der Entspannung. Sie erhalten Tipps zur Raumgestaltung für erholsame Nächte.
Impulse von Vera Hilpert, Schlafraum-Expertin

14 Uhr

Sanfte Wärme & Dampf

Infrarotwärme und Wasserdampf vereinen sich für gesundes Schwitzen. Das Immunsystem wird dadurch gestärkt. Erleben Sie die Hydrossoft Kabine LIVE!

* keine Beratung und Verkauf

Wir freuen uns auf ein
geselliges Beisammensein und
den persönlichen Austausch.

Bewirtung
durch den
Tennisclub
Bernau
herzhaft & süß