



AKTIV-MEDITATIONEN

- **„Die meisten Menschen** wollen im Alter Oldtimer sein – gut erhalten und besonders wertvoll –, doch sie leben so, dass sie sich zu Rostschüsseln entwickeln“, sagt Marion Weiser. Die Lebensqualitäts- & Gesundheitstrainerin aus Linz bietet daher „Aktiv-Meditationen“ an – zum Entschleunigen, Abschalten und für emotionale Balance, z. B. am 9./10.4. in Graz.
- **Das bringt's:** Bewegungen und Übungen zum Entschleunigen, Lust an Meditationstechnik, Visualisierungstraining.
- **Der Frühlings-Hit für:** von Tinnitus/Gehörsturz Betroffene, Prophylaxe für Menschen mit Kopfschmerzen und chronischen Verspannungen im Kopf-, Nacken- und Schulterbereich.
- **Info:** Marion Weiser, 4020 Linz, Unionstraße 3, Tel.: 0650/667 72 77, www.marion-weiser.at