



DIENSTAG
4. MAI 2021

16:00 – 19:30 UHR

LIVE ONLINE SEMINAR

EIN GESUNDES HERZ

MODERNE ERKENNTNISSE UND EMPFEHLUNGEN
FÜR ALLE DIE DAS THEMA HERZGESUNDHEIT INTERESSIERT

VERANSTALTER

**Gesundheitsamt Freising in Zusammenarbeit
mit der Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Freising**

Wir freuen uns auf Ihre virtuelle Teilnahme!
Michaela Baur, Sabrina Dietrich, Susanne Bauer



Landratsamt Freising
Gesundheitsamt



gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium
für Gesundheit und Pflege 



REFERENT

Mag. Heinz Peter Steiner

Gesundungsinitiator (sportwissenschaftlicher Berater, Entspannungstrainer, medizinischer Atemtherapeut, Rückenschullehrer, Qi Gong Ausbildner, international tätiger Personal Trainer, Neuroathletiktrainer i.A.)

www.qigong-steiner.at / www.hpsteiner.at /
www.fingerundpartner.de

— INHALT —

DIESES ONLINE SEMINAR LIEFERT IHNEN ANREGUNGEN, UM IHRE HERZGESUNDHEIT POSITIV ZU BEEINFLUSSEN. ERFAHREN SIE WIE DAS WUNDERWERK HERZ FUNKTIONIERT, WAS SIE SELBST ZUR GESUNDERHALTUNG IHRES HERZENS BEITRAGEN KÖNNEN, WIE TECHNISCHE HILFSMITTEL IHNEN UNTER UMSTÄNDEN HELFEN KÖNNEN, IHREN GESUNDHEITZUSTAND ZU VERBESSERN, WELCHE ROLLE DIE RICHTIGE ERNÄHRUNG SPIELT, WIE SINNVOLL BEWEGUNG IST UND WIE ENTSPANNUNGSTRAINING DAZU BEITRAGEN KANN, IHRE HERZGESUNDHEIT ZU ERHALTEN.

ANMELDUNG BIS 20. APRIL 2021

per E-Mail an: fachtag@kreis-freising.de (mit Name, Adresse, Telefon und ggf. Fragen)

Das Angebot ist kostenlos. Für die Teilnahme am Seminar benötigen Sie einen Internetbrowser. Webcam bzw. Headset sind nicht zwingend erforderlich. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Bestätigungsmail mit weiteren Informationen. Bei Fragen wenden Sie sich an 08161 5374 338.