

# Lachen und Entspannen in der Salzgrotte

mit

**Robert Meisner**

Lachcoach & Gesundheitspraktiker BfG

**Salzgrotte Kirchweidach**

Edt 2

**Donnerstags**

**11.12.25,**

**12.02.26, 26.03.26**

**Jeweils von 18 bis 19 Uhr**

**Je 16 € +**

**11,50 € Eintritt in die Salzgrotte**



Unsere Selbstheilungskräfte sind im Alltag stark überstrapaziert!

Um unser inneres Potenzial zu aktivieren, brauchen wir positive Gedanken und eine bejahende Lebenseinstellung. Wenn man dafür sorgt, ein Gleichgewicht im persönlichen Körper-Seele-Geist-System zu finden, ist schon viel getan. Über das Bewusstsein lassen sich körperliche Reaktionen beeinflussen, ebenso Gesundheit und Wohlbefinden.

Durch Lachen und Entspannen kann man einen Heilimpuls geben, um die Regeneration in Gang zu setzen.

In der Salzgrotte erlebt man ein gleichbleibendes und ausgewogenes Raumklima.

Die Luftfeuchtigkeit beträgt ca. 55%, die Temperatur ca. 21 Grad. Dadurch wird die Aufnahme der salzhaltigen Luft erleichtert. Die Atemwege werden freigelegt.

Eine wahre Wohlfühl-Oase.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken

**Infos und Anmeldung:**

**Tel: 08623 – 985 10 65 | Robert.S.Meisner@t-online.de**