



Self Care Day

24. JULI

KOSTENLOSE ANGEBOTE

Meditation, Achtsamkeitsübungen
und vieles mehr

11.00 bis **20.00 Uhr**

Ohne Anmeldung

Für mehr Selbstfürsorge
und Achtsamkeit



Franken
Therme

BAD WINDSHEIM

PROGRAMM

- 11.00 Uhr** **PROGRESSIVE MUSKELRELAXATION**
Ruheraum Terrasse
- 12.00 Uhr** **KLANGMEDITATION**
„ANCIENT SOUND“
Schlafraum Badehallen
- 13.00 Uhr** **ACHTSAMKEITSTRAINING**
Ruheraum Terrasse
- 14.00 Uhr** **MEDITATION**
Ruhehaus Sauna-Landschaft
- 15.00 Uhr** **KLANGMEDITATION**
„ANCIENT SOUND“
Schlafraum Badehallen
- 16.00 Uhr** **AUTOGENES TRAINING**
Ruhehaus Sauna-Landschaft
- 17.00 Uhr** **ACHTSAMKEITSTRAINING**
Ruheraum Terrasse
- 18.00 Uhr** **PROGRESSIVE MUSKELRELAXATION**
Ruhehaus Sauna-Landschaft
- 19.00 Uhr** **KLANGMEDITATION**
„ANCIENT SOUND“
Schlafraum Badehallen
- 20.00 Uhr** **KLANGZAUBER**
Salzsee

Franken-Therme Bad Windsheim GmbH

Erkenbrechtallee 10 ■ 91438 Bad Windsheim

Telefon 0 98 41 / 40 30 0 ■ www.franken-therme.net

Öffnungszeiten täglich von 9.00 bis 22.00 Uhr

