

IMMUNSYSTEM STÄRKEN
KOMFORTZONE VERLASSEN
DIE RICHTIGE ATEMTECHNIK

WILLST DU INS KALTE



WASSER

LANGSAM TASTEN WIR UNS AN DIE KÄLTE HERAN
WAGEN UNS RAUS AUS DER KOMFORTZONE
HINEIN IN DEN RHEIN

DONNERSTAGS 18:20 UHR
LINDLI, SCHAFFHAUSEN

22.09. - 08.12.2022
PAUSCHAL 145.- CHF
MIT ROLF HÄNNI & GABRIELA ZINGG

INFOS UND ANMELDUNG:
WWW.BEWEGT-SEIN.JETZT