

Wim Hof Methode

**Grundlagenworkshop
in Rohrbach
am 14. November 26**

Wo: Yogastudio Yogamoments

Deine Benefits:

-) Stärkt das Immunsystem
-) Lindert Entzündungen, Beschwerden und Ängste
-) Baut Resilienz gegen Stress auf
-) Steigert die Schlafqualität und das Wohlbefinden
-) wissenschaftlich nachgewiesen



Mindset

Eisbad

Atmung

Grundlagen Workshop

Dauer: ca. 4-5 Stunden

Preis: EUR 109,00

Anmeldung: www.matthiasschinnerl.eu/ticket

Matthias Schinnerl

Email: Matthias.Schinnerl@outlook.at

Mobil: +43 676 533 4656

Web: www.matthiasschinnerl.eu



WIM HOF METHOD
CERTIFIED INSTRUCTOR