



Sehr geehrte Gäste im Hochschwarzwald,

als naturverbundene Schwarzwälderin biete ich Ihnen folgende Outdoor Aktivitäten an.

Yoga und Ayurveda in der puren Natur

Unter freiem Himmel – am See und im Wald

Erfahren Sie Ihre Konstitution und stimmen Sie die Yoga Praxis optimal auf Ihre individuelle Persönlichkeit ab. Bewusste Sequenzen der Bewegung sowie der Entspannung und eine abgestimmte Ernährung unterstützen Sie dabei, Ihr persönliches gesundheitserhaltendes Lebenskonzept zu entwerfen.

Individuelles Coaching für Frauen

Termine: montags und mittwochs jeweils 14.00 Uhr – 17.00 Uhr.

Geführte Wanderungen im Hochschwarzwald

Entdecken Sie die pure Natur bei einer geführten Wanderung. Lernen Sie die Umgebung von Schluchsee kennen und erfreuen Sie sich an den essbaren Wildkräutern und Pflanzen.

3 – 6 Teilnehmer

Termine: dienstags 10.00 Uhr – 14.00 Uhr

Nordic Walking in unberührter Natur

Unter dem Einsatz von Stöcken trainieren Sie Ihren gesamten Körper und die Ausdauer. Bei einer geführten Nordic Walking Tour spüren Sie die Kraft der Natur, regenerieren und entspannen.

3 – 6 Teilnehmer

Termine: donnerstags 10. 00 Uhr – 12.00 Uhr.

Weitere Informationen und Anmeldung bis zwei Tage im Vorfeld unter:

web: www.pure-marketing.eu

Telefonisch unter **07656 – 9877955** Di – Do 14.00 Uhr – 16.00 Uhr oder per E-Mail unter contact@pure-marketing.eu. Ich freue mich auf Sie. Ihre Nadine Wangler