

RAUS AUS DEM KOPF. REIN IN DIE RUHE.

Tinnitus-Walk

Atem- und Entspannungsübungen sowie alltagstaugliche Techniken für mehr Ruhe und Lebensqualität.



**Jetzt Platz
sichern**

DER TINNITUS BESTIMMT OFT DEN ALLTAG.

Gedanken kreisen, Anspannung steigt und echte Ruhe scheint weit entfernt. In der beruhigenden Atmosphäre des Waldes lernen Sie einfache, alltagstaugliche Techniken kennen, die Körper- und Nervensystem entspannen und dem Stresston weniger Raum geben.

Für mehr Ruhe. Für mehr Lebensqualität. Für Sie.

DANIELA DOHMEN

Tinnitus-Coach,
Übungsleiterin im
Breitensport (C) &
Meditationstrainerin

ANMELDUNG & INFO

0157 767 99 22
info@daniela-dohmen.de
www.tinnitus-frei.eu

Treffpunkt nach Anmeldung.
Infos auf der Homepage.