

# WOHL + FÜHLEN GALERIE

85354 Freising Obere Hauptstraße 26

Härtinger-Haus \* Innenhof

## Schatzkammer der Ruhe

**Erholung und Entspannung neu entdecken!**

Buchen Sie einen Termin für den Kurs „Sinn voll“:

**60 Minuten, die Ihren Alltag bereichern!**

- ❖ Gemälde zum Schauen und Staunen
- ❖ Impulse „Zeit für mich“
- ❖ Der lachende Montag
- ❖ Aroma-Bar der Jahreszeiten
- ❖ Wohlbefinden für Zuhause u.v.m.

In einer ruhigen Atmosphäre gewinnen Sie Abstand vom Alltag. Sie schärfen Ihre Sinne mit leichten Übungen und steigern sofort Ihr Wohlbefinden. Ergänzende Impulse fördern die Übertragung der Kursinhalte in Ihren Tagesablauf. Der Aktiv-Vortrag „Zeit für mich“ vermittelt Ihnen grundlegende Ansätze zur Selbstfürsorge und Resilienz. Sie stärken Ihre Ressourcen und damit Ihre innere Zufriedenheit. Eine umfangreiche Begleitlektüre, die in der Kursgebühr enthalten ist, rundet Ihren Besuch in der WOHL + FÜHLEN GALERIE ab.

## Termine:

Mittwoch 15. Juli 2026 16.00 - 17.00 Uhr

Samstag 18. Juli 2026 11.00 - 12.00 Uhr

Samstag 08. August 2026 11.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch 12. August 2026 16.00 - 17.00 Uhr

Samstag 12. September 2026 11.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch 23. September 2026 16.00 - 17.00 Uhr

Samstag 17. Oktober 2026 11.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch 21. Oktober 2026 16.00 - 17.00 Uhr

Samstag 14. November 2026 11.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch 18. November 2026 16.00 - 17.00 Uhr

Samstag 05. Dezember 2026 11.00 - 12.00 Uhr

Mittwoch 16. Dezember 2026 16.00 - 17.00 Uhr

**Kursgebühr (inkl. Begleitlektüre): 30 Euro**

**Anmeldung an: [wohlplusfuehlen@gmx.de](mailto:wohlplusfuehlen@gmx.de)**

Einzel- und Gruppenberatungen sind nach Vereinbarung möglich,  
ebenso **Kurs-Gutscheine** zum Verschenken.

**Wir freuen uns auf Sie!  
Ihr Galerie-Team**