Raum Move	
09.15-09.30 Uhr	Start & Begrüßung im TIZ
09.30-09.55 Uhr	Vortrag "Stress & seine Auswirkungen Teil 1 Allergien, Verdauung & Unverträglichkeiten, Schlafstörungen & Verspannungen"
10.00-11.00 Uhr	Yin Yoga & Klang für Entspannung mit Lisa und Peter Grillmair
11.00-13.00 Uhr	Haltungsanalyse und darauf basierte physiotherapeutische Übungen, Beckenbodentraining, Entspannungs- & Selbstmassage Tipps mit Alisa Payami, Bakk.
13.00-13.50 Uhr	Gleichgewichtstraining mit Alisa Payami, Bakk.
13.50-14.50 Uhr	Heilgymnastik mit Pilateskonzept mit Alisa Payami, Bakk.
15.00-15.30 Uhr	Vortrag "Stress & seine Auswirkungen Teil 2 Hormone, Wechselbeschwerden, weiblicher Zyklus & PMS "
15.40-16.40 Uhr	Yoga Relax & Easy bei Verspannungen mit Peter Grillmair
16.50-17.50 Uhr	Gesundheitsyoga mit Michaela Landrichter
18.15-19.15 Uhr	Qi-Gong mit Phantasiereise mit Silvia Haller-Prätorius
19.20-20.00 Uhr	Meditation mit Mag. Claudia Blöss
Raum Small-Talk	
09.30-11.30 Uhr	Bioresonanz Kurztestung bei Stress, Allergien, Wechselbeschwerden mit Mag. Gisela Scharler
12.00-14.50 Uhr	TCM & psychosomatisches Coaching: Akupressur, Taping, Kräuter, Ernährung, Stressmanagement, Entspannungstechniken mit Silvia Haller-Prätorius
15.00-16.00 Uhr	Haltungsanalyse Haltungsanalyse & darauf basierte Physiotherapeutische Übungen, bzw Entspannungs & selbsmassagen Tipps mit Alisa Payami, Bakk.
16.00-18.00 Uhr	TCM & psychosomatisches Coaching: Akupressur, Taping, Kräuter, Ernährung, Stressmanagement, Entspannungstechniken mit Silvia Haller-Prätorius
Raum Rendezvous	
09.30-11.00 Uhr	Kinesiologische Kurztestung und Stress-löschung; ggf. auch mit Hilfe von EDxTM systemisches Coaching mit Helga Burian-Ruf, MSC
11.00-13.30 Uhr	Bachblüten mit Mag. Claudia Blöss
13.30-17.00 Uhr	Kinesiologische Kurztestung der 4 Ebenen nach Symptom-Ursache(n) und ggf. Stresslöschung, systemisches Coaching mit Helga Burian-Ruf, MSC
17.00-18.30 Uhr	Bachblüten mit Mag. Claudia Blöss