

H a a r e brauchen Experten

Landesinnung der Friseure
Wirtschaftskammer Platz 1
3100 St. Pölten
02742/851 19161
friseure@wknoe.at

In Kooperation mit

HOTEL SCHNEEBERGHOF
Wiener Neustädter Straße 24
2734 Puchberg am Schneeberg
Tel. 0043 2636/3500 DW 520
seminar@schneeberghof.at
www.schneeberghof.at

und

pratscher.bewegen & leben
Mitterweg 8A, 2560 Hernstein
www.pratscher.at

und

SVS Landesstelle Niederösterreich
svs.at/gesundheitswunderter



„Gesund und leistungsfähig durch Bewegung und Entspannung“



Gesundheitswochenende für FriseurInnen

mit Dr. Hannes Pratscher
im Hotel Schneeberghof

26.3.2022 - 28.3.2022

Referent: Dr. Hannes Pratscher

- Sportpädagoge
- Rehabilitations- und Konditionstrainer
- Langjährige Referententätigkeit für Pädagogische Hochschulen, Wirtschaftskammer, Sozialversicherungsträger,..
- Lehrbeauftragter bei der Wellness- und Fitnesstrainerausbildung des WIFI NÖ und an der Donauuniversität Krems
- Autor zahlreicher Broschüren und des Buches: „Wege zu einem gesunden Rücken“
- Österreichweite Leitung von Gesundheitsseminaren und Vortragstätigkeit in Schulen, Gemeinden und Firmen
- Leiter des Institutes pratscher. bewegen & leben
- Infos unter: www.pratscher.at und www.fitin1minute.at



Foto ©Pratscher

Kosten:

- **Hotel Kosten: € 285,- / € 247,-**

HOTEL SCHNEEBERGHOF

Wr. Neustädter Straße 24, 2734 Puchberg/ Schneeberg

€ 285,00 pro Person im Einzelzimmer für 2 Nächte / 2,5 Tage
€ 247,00 pro Person im Doppelzimmer für 2 Nächte / 2,5 Tage

Preis pro Person inklusive MwSt., exklusive € 2,40 pro Nacht Nächtigungstaxe

- **Seminar Kosten: € 290.-**

Bei Nutzung des SVS Gesundheitshunderters nur € 190.- (zzgl. Hotelkosten)

Auf Grund der begrenzten TN-Anzahl erfolgt die Reihung der Anmeldungen nach Einlangen.

Nach Beendigung des Seminars begleichen Sie bitte die Rechnung im Hotel. Bei Anspruch und Antrag auf einen SVS-Gesundheitshunderter erhalten Sie von der SVS 100 Euro auf Ihr Konto gutgeschrieben. Die Hotelvertragsbedingungen betreffend Stornokosten sind zu beachten!



Kurzüberblick:

Sie erfahren an diesem Wochenende wertvolle Strategien wie Sie durch Bewegung und Entspannung körperliches und seelisches Wohlbefinden steigern und Ihre Lebensqualität positiv beeinflussen können.

Dass Bewegung ein wahres Wundermittel ist, welches sich positiv auf Körper und Psyche auswirkt, ist allgemein bekannt. Doch was nützt all unser Wissen, wenn wir nicht handeln?

Es fehlt oft an Motivation und Zeit, nach einem langen Arbeitstag noch zu Laufen oder ins Fitnessstudio zu gehen. Für diese Problematik gibt es jedoch eine Lösung – einfache Bewegungsprogramme, die in nur wenigen Minuten pro Tag die Gesundheit nachhaltig verbessern.

Nach dem Motto „Fit in 1 Minute – fitter in 5 Minuten“ lassen sich effektive Bewegungssequenzen mühelos in den Alltag integrieren und Beschwerden in Nacken, Rücken und Muskulatur nachhaltig lindern.

Info:

Das geplante Programm bzw. die inkludierten Hotelleistungen finden Sie unter www.wko.at/noe/friseure - Veranstaltungen, News

Wir freuen uns auch im Rahmen der Veranstaltungen auf einen gemütlichen Ausklang am Abend mit geselligen Smalltalk.

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt direkt im Hotel unter der E-Mail seminar@schneeberghof.at

Bitte um Angabe von Name Teilnehmer, Adresse und Kontaktdaten
Betreff „Gesundheitswochenende Friseur“

Anmeldung möglich bis 30. September 2021.