



Mittelpunkt
BIBLIOTHEK
Schlandersburg
BIBLIOTECA



SCHLANDERS
KULTUR
SILANDRO CULTURA

Do 16. Dezember 18:00 Uhr

Petra Gamper: Das Geheimnis des Rückens Buchvorstellung



Das Buch ist kein Lesebuch, sondern ein Ratgeber, ein Plädoyer, mit sich selbst und besonders mit seinem Körper enger in Kontakt zu treten und seine Botschaften zu lesen. Besonders im Rücken sind alle unsere Erlebnisse gespeichert – darin liegt die Faszination und auch die Aufforderung, uns immer wieder aufzurichten. Mit mehr als 120 Übungen und Tipps kann man sich selbst Halt geben und Haltung gewinnen! Magst du dein Leben selbst in die Hand nehmen?

Anmeldung erforderlich: bibliothek@schlanders.it
Tel: 0473 737780

Zutritt mit 3G Nachweis