

Termin-Tipps

Lust aufs
LEBEN
empfehlen

18.
MÄRZ

LEHRGANG ERNÄHRUNG

KURS. Alles, was Sportler über Ernährung wissen sollten: So decken Sie Ihren Eiweiß-, Energie-, Flüssigkeits- und Nährstoffbedarf richtig ab.

Plus: Gemeinsames Kochexperiment!

18. März, 10.00–16.00 Uhr, Tristyle-Academy,

Türkenstraße 13, 1090 Wien, Kosten: € 199,-.

Infos und Anmeldung unter: www.tristyle-academy.at

LESUNGEN: LIFESTYLE-FASTEN

NEUES BUCH. Unter anderem jüngste Erkenntnisse zum Heilfasten nach Rudolf Brouss gibt es im Ratgeber „Das Lifestyle Fastenbuch“ von Christina Thormar. Lesungen: 20. 3. um 19.00 Uhr bei Dr. Gerhard Kögler, 1130 Wien. Am 8. 5. um 18.30 Uhr im Hotel Hilton am Stadtpark (auf Englisch).



MUSICAL MAMIS

GALA. Monika Ballwein, die Kernölamazonen, Caroline Vasicok-Pfeifer, Marika Lichter und Ann Mandrella bieten einen bunten Mix aus Musical-Highlights, Pop und Kabarett. Die Einnahmen gehen an YoungMum (unterstützen jugendliche Schwangere), 20. 3. um 20.00 Uhr im Wlener

Metropol. Karten um € 30,-, Ticket-Hotline: 01 407 77 407.

TAGUNG: WIE KRANKHEIT ZU GESUNDHEIT FUHRT

VORTRÄGE. Die 7. Tagung des Österreichischen forums Systemaufstellungen im Hotel Schlosspark Mauerbach hat in 16 Workshopreihen das Wechselspiel von sozialen Beziehungen, Psyche und Körper zum Thema.

Kosten: € 440,-. Infos & Anmeldung:
www.forum-systemaufstellungen.at

24.-26.
MÄRZ