



NEU

# EINLADUNG ZUM KOSTENLOSEN FRAUENPOWERTAG

AM SAMSTAG DEN 07.03.20  
VON 10.00 BIS 19.00 UHR

## THEMENAUSWAHL:

### WORKSHOP 1 VON 10.00-10.30 UHR:

**RESTART YOUR LIFE** - Mit der richtigen Morgenroutine Leichtigkeit und Freude im Alltag. Schönheit beginnt von innen. Warum du deinen Körper auch von innen pflegen solltest um strahlend und jung auszusehen.  
Referentin: Fitnescoach: Andrea Szodruch

### WORKSHOP 2 VON 11.00-11.30 UHR:

#### DU BIST EINE TOLLE FRAU! FINDE DEN JOB, DER ZU DIR PASST!

Egal ob Job-Einsteigerin, Vollzeitkraft oder Working Mum. Immer wieder stellen wir uns die Frage: „Wo kann ich meine Talente und Stärken am besten einsetzen, habe Spaß an der Arbeit und verdiene obendrein auch noch gutes Geld?“ Ich führe Sie vom Chaos zur Klarheit.  
Referentin: New Work Coach Petra Knochner

### WORKSHOP 3 VON 12.00-12.30 UHR:

#### GUT SEHEN UND DABEI BESSER AUSSEHEN!

Mit einer typgerechten Brille unterstreichen Sie Ihren Typ.  
Frau Wörle entführt Sie in die Welt des Brillenuniversums.  
Referentin: Optikerin Higa Wörle

### WORKSHOP 4 VON 13.00-13.30 UHR:

#### SCHNELL, GESUND UND LEICHT:

#### GENIALE THERMOMIX REZEPTE ZUM ABNEHMEN!

Gesund abnehmen mit Thermomix®: Ernährungstrends im Überblick  
Gesunde Ernährung ist so vielfältig wie das Kochen im Thermomix®  
Dank Thermomix® gelingt eine frische, leichte und gesunde Ernährung schnell & einfach:  
Referentin: Dr. oec. troph. Annette Nagel

### WORKSHOP 5 VON 14.00-14.30 UHR:

#### MARKE ICH-SICHERHEIT UND SPASS MIT DEM EIGENEN STYLING!

Gewinnen Sie Einblicke in die Typ- und Farbberatung durch eine Vorher-Nachher Show!  
Referentin: Beauty- & Stylingexpertin Andrea Reindl-Krüger

### WORKSHOP 6 VON 15.00-15.30 UHR:

#### PFERDEGESTÜTZTES COACHING

Zeit für Deine Bewusstseinsveränderung - mit Pferden als Co-Trainer - ehrlich - authentisch - auf den Punkt genau - mit sofortigen Ergebnissen.  
Referentin: Bettina Paul Pferdegestütztes Coaching

### WORKSHOP 7 VON 16.00-16.30 UHR:

#### WELCHER HAARTYP BIN ICH?

Mit veganer Haarfarbe & Kosmetik glänzende gesunde Haare.  
Ethisch, gesund mit besten, zertifizierten, biologischen und natürlichen Inhaltsstoffen.  
Begeben Sie sich auf eine Reise mit ORGANIC COLOUR System. Machen Sie einen Haar-Strechtest!  
Referentin: Friseurmeisterin Theresa Burghart

### WORKSHOP 8 VON 17.00-17.30 UHR:

#### DAUERHAFT ABNEHMEN UND WOHLFÜHLEN DURCH EINE HORMONANALYSE.

Welchen Zusammenhang gibt es zwischen Problemzonen und hormonellem Ungleichgewicht?  
Referentin: Susanne Herold  
(Personal Coach mit dem Schwerpunkt „Hormone“)

### WORKSHOP 9 VON 17.30-18.00 UHR:

#### HAUTPROBLEME & ANTIAGING GELÖST!

Erfahren Sie mehr über den Weltmarktführer Jetpeel. Gepflegte, glatte, reine Haut ohne Schmerzen - eindrucksvolles Ergebnis mit Soforteffekt!  
Referentin: Beauty- & Stylingexpertin Andrea Reindl-Krüger

### WORKSHOP 10 VON 17.30-18.30 UHR:

#### YOGA - ZUM AUSKLANG EINES TOLLEN TAGES

Es erwartet dich noch eine Vinyasa Yoga Stunde. Denn Yoga ist weitaus mehr als nur sitzen und Ohmm singen. Es kräftigt und dehnt deinen Körper und hilft dir ebenfalls vom Alltagsstress abzuschalten.  
Referentin: Fitnescoach: Andrea Szodruch

FÜRS LEIBLICHE  
WOHL ZWISCHEN-  
DURCH WIRD  
GESORGT!

**BITTE MELDEN SIE SICH  
ZU DEN WORKSHOPS AN.  
ANMELDESCHLUSS  
05.03.2020!**

**ANMELDUNG UNTER 089-531264 ODER ONLINE AUF BEAUTY-STYLE-MUENCHEN.DE!**

Wirtstraße 34 a Rückgebäude • 81539 München