



Program Solsalen

10.00-11.00

Jeanette Ekström, Parkens hälsa & energi – Återhämningsyoga

11.15-12.15

Anna Baard-Blixt, Hälsomottagningen Oliven, Workshop inkl övningar om att behålla sin hälsa

12.30-13.30

Sandra Zimmer, Eter & Eld, Föreläsning- "Ditt trauma-din inre skattkista"

13.45-14.45

Linda Ljungholm, Kraft- Massage & hälsa – "Kosten som verktyg" – En föreläsning om kost, fasta & livsstil kopplat till Paleo.

15.00-15.45

Ida Henrysson, Changeful Soul, Föreläsning om känslor-ur olika perspektiv

