



 Beauty und Wellness

Gesundes Arbeiten im Homeoffice - Selbstmassa- ge- und Entspannungstechniken für Jedermann

So hilfreich die Arbeit am Computer sein mag, unser Körper schätzt die langen Zeiten sitzend vor dem Bildschirm eher nicht. Dazu kommt das oft angestrengte, stundenlange Schauen auf den Bildschirm.

Zudem fehlen im Homeoffice -ohne Bürostuhl und höhenverstellbaren Tisch- meist auch die entsprechenden Möglichkeiten, die physiologisch beste Arbeitshaltung einnehmen zu können.

In diesem Kurs gibt es die besten Tipps und Tricks gegen:

- müde Augen
- verspannte Schultern
- Rückenschmerzen
- innere Anspannung
- einseitiger Belastung

Dieses Anti - Stress Training bringt Sie wieder richtig auf Kurs. Frisch präsentiert und sofort anwendbar für jeden.

Termin

Sa, 18.07.2026
10:00-13:00 Uhr

Preis

55,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Rosenheim
Münchener Str. 44
83022 Rosenheim
Tel. 08031-21 91 24

Seminarnummer

SSH10082180726

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 14.05.2026

Dozent

ozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.