



**5. MAI 2017, 9:15 – 10:00 UHR**

**HAK HAS Waidhofen/YBBS**

**MAG. EVA OBENAU, 3 AK SPORT HAK**

## **PODIUMSDISKUSSION MIT EXPERTINNEN**

**Stärke Körper, Geist und Seele für  
Dein Wohlbefinden!**

**AB 10:30 – 12:45 UHR WORKSHOPS**

## **WORK-LIFE BALANCE IN SCHULE & BERUF**



**Lifetime Pilates  
Zirkel**

**PMR nach  
Jacobsen**

**Entspanntes  
Laufen**

**Lifetime Pilates  
Pausenübungen**

**Business  
Work-Out**

