

Schwarz Gesundheitstage

heart • mind • soul • health



MONTAG 4. November 2024	DIENSTAG 5. November 2024	MITTWOCH 6. November 2024	DONNERSTAG 7. November 2024	FREITAG 8. November 2024
<p>8.00 - 8.50 UHR YOGA SESSION Sinah Diepold</p> <p>11.00 - 12.00 UHR • Vortrag „FRISCHERES UND JÜNGERES AUSSEHEN“ Dr. Julia Cordin</p> <p>16.00 - 17.00 UHR • Talk HAUTGESUNDHEIT Ingrid Vollgruber</p> <p>SPECIAL GUEST</p> <p>18.00 UHR • Greenvieh Chalet Schwarz stays. Judith Williams im Talk mit Katharina Pirktl</p>	<p>8.00 - 8.50 UHR QI GONG Wolfgang Stemer</p> <p>10.00 - 11.00 UHR • Vortrag „DER SELBSTBESTIMMTE WEG IN UND DURCH DIE WECHSELJAHRE - AUFKLÄRUNG 2024“ Dr. Carine Jaffre</p> <p>11.30 - 12.30 UHR HORMON-YOGA (women only) Edith Ruech & Nina Pienz</p> <p>16.00 - 17.00 UHR • Talk „VERÄNDERE DEINE ATMUNG UND DU VERÄNDERST DEIN LEBEN“ Frank Roser</p>	<p>8.00 - 8.50 UHR BREATHWORK SESSION: „ZIELE & TRÄUME“ Frank Roser</p> <p>10.00 - 11.00 UHR • Vortrag „ERNÄHRUNG - G'SUND UND NACHHALTIG. DER G'SUNDE TELLER“ Dr. Irene Brunhuber</p> <p>14.00 - 15.00 UHR • Talk „VIDA – ATEM STOFFWECHSEL ANALYSE“ Corinna Bachmann & Dennis Steinke</p> <p>16.00 - 17.00 UHR • Talk „FASTEN - GEWINNEN DURCH VERZICHT“ Barbara Walter & Dr. Irene Brunhuber</p>	<p>8.00 - 9.15 UHR YOGA & MENTAL HEALTH: „GROUND & CONNECT“ Sabine Gallei</p> <p>10.00 - 11.00 UHR • Vortrag „WENN DER RÜCKEN SCHMERZT“ Dr. Christiane Oberleit</p> <p>16.00 - 17.00 UHR • Talk „ALTE MUSTER LÖSEN UND IN DIE EIGENE KRAFT KOMMEN“ Mag. Maria-Luise Haller</p>	<p>8.00 - 9.00 UHR PILATES Fabia Freienmuth</p> <p>9.00 - 9.50 UHR MORNING FLOW YOGA Sabine Gallei</p> <p>10.00 - 11.00 UHR • Talk „EIN SINNVOLLER WEG DURCH DEN DSCHUNGEL DER NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL“ Dr. Heidi Pirktl</p> <p>11.00 - 11.30 UHR • Talk „UNSER DARM - DER SCHLÜSSEL ZUR GESUNDHEIT“ Nicole Schöll</p> <p>13.00 - 13.30 UHR • outdoor GEHMEDITATION Sabine Gallei</p>

Wir bitten um Anmeldung zu den einzelnen Sessions, Vorträgen & Talks in der Schwarz APP. Programmänderungen vorbehalten.

Schwarz Gesundheitstage

Unsere Ärztinnen und Gesundheits-Expert:innen



DR. IRENE BRUNHUBER

- Fachärztin für Innere Medizin
- Ernährungsmedizin, Orthomolekulare Medizin, Moderne Mayr-Medizin und Klinische Prüfärztin



DR. JULIA CORDIN

- Fachärztin für Plastische, Rekonstruktive & Ästhetische Chirurgie



DR. CARINE JAFFRE

- Fachärztin für Innere Medizin
- Expertin für Bioidente Hormontherapie
- Notfallmedizin



DR. CHRISTIANE OBERLEIT

- Ärztin für Allgemeinmedizin
- Manuelle Medizin – Chiropraktik, Neuraltherapie



DR. HEIDI PIRKTL

- Ärztin für Allgemeinmedizin
- Akupunktur, Arbeitsmedizin, Notfallmedizin
- Weiterbildung Psychiatrie und psychotherapeutische Medizin

SPECIAL GUEST



JUDITH WILLIAMS

Judith Williams ist Unternehmerin, Moderatorin und Investorin bei der TV Show „Die Höhle der Löwen“. Sie hat sich als erfolgreiche Geschäftsfrau in der Kosmetikbranche etabliert und ist für ihre unternehmerischen Fähigkeiten und ihr Engagement für Innovationen bekannt.



SINAH DIEPOLD

- Yogalehrerin
- Gründerin von Kale & Cake München



SABINE GALLEI

- Yogalehrerin
- Gründerin von yes.you.are Berlin



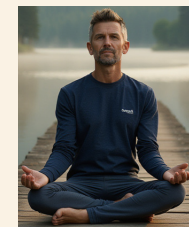
FRANK ROSER

- Breathwork Coach
- Life Coach
- Speaker



EDITH RUECH & NINA PIENZ

- Yogalehrerinnen mit Ausbildung für Hormon-Yoga



WOLFGANG STEMER

- Qi Gong Lehrer
- Dipl. Shiatsu praktiker



MAG. MARIA-LUISE HALLER

- Dipl. Psychologin
- Psychologische Beratung
- Paar & Familienberatung
- Selbsterfahrung & Supervision



INGRID VOLLGRUBER

- Kosmetik-Leitung im Me Holistic Spa Alpenresort Schwarz



BARBARA WALTER

- Ärztlich geprüfte Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin