Präventionstag 2026 & #LYN26, im Zeughaus, 17 – 22 Uhr v.2026-11-15

PRAEVENTIONS TAG 21. NOV. 2026 ZEUGHAUS AUSGBURG

www.praeventionstag.balance-augsburg.com/

| | Reichlesaal 116 (größter Raum) | Hollsaal 112 a+b (2. größter Raum) | Kreuzerraum 118 (3. größter Raum) | Eschayzimmer 117 (klein) | Remshartzimmer 113 (mit Beamer) | Furttenbachz. 107 (klein) | Heintzz. 108 (klein, ruhig) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **16:00 – 16:50** | **Aufbau aller Räume** | | | | | | |
| **17:00 – 17:30** | **Eröffnung** (kurze Einführung) anschl. | Kurz-Meditation (en) für Liebe und Verbundenheit Marion Marishanti Nitsche | | | | | |
| **17:30 – 18:30** | **Sujay & Maya Zeibig**: Tibetan Pulsing - der Weg des Herzens zu Dir, zur Stille im Selbst | **Werner Boehlke** Poweryoga Vinyasa Flow | **Wolfgang Friess & Ngoc Hà:** Microbiome - die Magie der Fermentation | **ChristiAne Komarek:** Faszientanzen | **Dr. rer. nat. Markus Ulrich:** Blutwerte im Normbereich? | **Elena Fijalkowski:** Ganzheitliche Gesundheit & Lebensbalance | **Robert Brunner:** Zeitlose Weisheit der Rosenkreuzer |
| **Pause** | | | | | | | |
| **18:45 – 19:45** | **Sonja Ebner:** Power & Relax | **Markos Mühlschlegel:** eSmog und Frequenzen / Wasser für Salutogenes | **Raphaela:** Partner Yoga | **Thomas Beulich:** Die 8 Archetypen der Bewegung | **Florian Hitzinger de la Salud:** Vortrag zu germanische Heilkunde | **Dr. rer. nat. Markus Ulrich:** Blutwerte im Normbereich? | **Barbara Koppold:** Dr. Parasympathikus, Nervensystem & Regeneration |
| **Pause** | | | | | | | |
| **20:00 – 21:00** | **Nadine Spiel:** Vortrag zum Thema Ernährung & Hormonbalance | **Florian Hitzinger de la Salud:** Vortrag zu germanische Heilkunde | Thomas Beulich: Die 8 Archetypen der Bewegung | **Sonja Ebner:** Vortrag „Resilienz – psychisch stark durch Leben“ | **Sujay & Maya Zeibig**: Augenlesen / Tibetan Pulsing | **Bernadette Epp-Wöhrl:** AugenYoga - Augentraining | **Markos Mühlschlegel:** Frequenzen / Wasser für Salutogenes |
| **21:15 – 21:35** | **Abschluss-Meditation mit** Marion Marishanti Nitsche | **Rückbau aller Räume** | | | | | |

Yoga/Bewegung – Singen – Tanzen – Vortrag / Seminar