

# BEWEGUNG ALS MEDIZIN

09.05.2026  
14:37 UHR

Workshopdauer ca. 75 min, Kosten 15 €  
RehaKlinikum Bad Säckingen, Bergseestr. 61  
[www.rkbs.de](http://www.rkbs.de)

## LEBEN IST BEWEGUNG – BEWEGUNG IST LEBEN

In diesem ganzheitlichen Workshop erfahren Sie, wie gezielte Bewegung, bewusste Atmung und mentale Impulse Ihre Gesundheit nachhaltig stärken. Denn Bewegung ist mehr als Aktivität – sie schenkt Energie, Balance und Lebensfreude.

### WUSSTEN SIE SCHON?

Krafttraining gilt heute als das „neue Medikament“: Es stärkt Herz und Immunsystem, löst Spannungen und aktiviert die Selbstheilungskräfte.

Kommen Sie vorbei und investieren Sie durch einfache Methoden in Ihre Lebenskraft. Anmeldung sichern und mit neuer Energie starten.

Anmeldung unter:  
[info@rkbs.de](mailto:info@rkbs.de) oder 07761/554-0



RehaKlinikum  
BadSäckingen