

TANZ

Workshopreihe

Willst du dein Körpergefühl verbessern?
Hast du Probleme dich, so wie du bist, zu akzeptieren?
Möchtest du mehr Schwung in dein Leben bringen und
alte Verhaltensmuster loslassen?
Hast oder hattest du eine Essstörung, die dich daran
hindert, so zu leben wie du möchtest?

Dann sei dabei, beim Workshop mit Tina!

TINA STROHMAIER

ist zertifizierte Bewegungstrainerin und selbst
ehemals Betroffene einer Essstörung. Sie
setzt sich auf vielerlei Arten für positive
Selbstbilder und psychische Gesundheit ein.

www.tinastrohmaier.com

Do. 23.10.2025 jeweils 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Do. 6.11.2025

Do. 13.11. 2025

Do. 20.11.2025

Do. 27.11.2025

Do. 4.12.2025

Do. 11.12.2025

Do. 18.12.2025



Wo: vogelfreiRAUM
Ringstraße 17
Rankweil

Info und Anmeldung:
Take care - Fachstelle für Essstörungen
essstoerungen@caritas.at oder 0676 88420 5736