

AKTIV UND GESUND



BAD TÖLZ

VitalZentrum

TÖLZER VITALLIFE

Inspiration für ein aktives und
bewusstes Leben



KRÄUTERKRAFT

BEWUSST ESSEN

KNEIPPERLEBEN



KRÄUTERKRAFT

– Vielfalt entdecken

Entdecken Sie die duftende Welt heimischer Heil- und Küchenkräuter! Erfahren Sie, wie traditionelle Kräuterkunde und moderne Naturheilkraft miteinander verschmelzen.

Bei informativen Führungen, inspirierenden Kochkursen und genussvollen Verkostungen lernen Sie, wie Kräuter Ihren Körper, Geist und Seele stärken können.



KNEIPP ERLEBEN

– erfrischend gesund

Tauchen Sie ein in die wohltuende Welt der Kneipp'schen Naturheilkunde. Hier verbinden sich Wasser, Bewegung, Kräuter, Ernährung und Lebensfreude zu einem ganzheitlichen Erlebnis.

Spüren Sie die belebende Wirkung von Wassertreten und Armbädern, entdecken Sie einfache Anwendungen für den Alltag und genießen Sie Momente echter Erholung.



BEWUSST ESSEN

– bewusst leben

Gesunde Ernährung beginnt mit der Kraft der Natur. Bei unseren Ernährungsangeboten entdecken Sie z.B. beim Tölzer Veg die bunte Vielfalt pflanzlicher Kost – frisch, regional und voller Geschmack.

Erfahren Sie, wie Kräuter, Gemüse und Wildpflanzen zu vitalen Begleitern im Alltag werden und wie einfach bewusste Ernährung sein kann.





BAD TÖLZ

VitalZentrum



EINFACH MITMACHEN!

Zum Jahresprogramm des
Vitalzentrums und allen
Informationen rund um
das Thema Gesundheit in
Bad Tölz:



bad-toelz.de/vitallife

Stadt Bad Tölz
Referat für Tourismus und Kultur
Max-Höfler-Platz 1 | 83646 Bad Tölz
Tel. 08041 78670 | bad-toelz.de