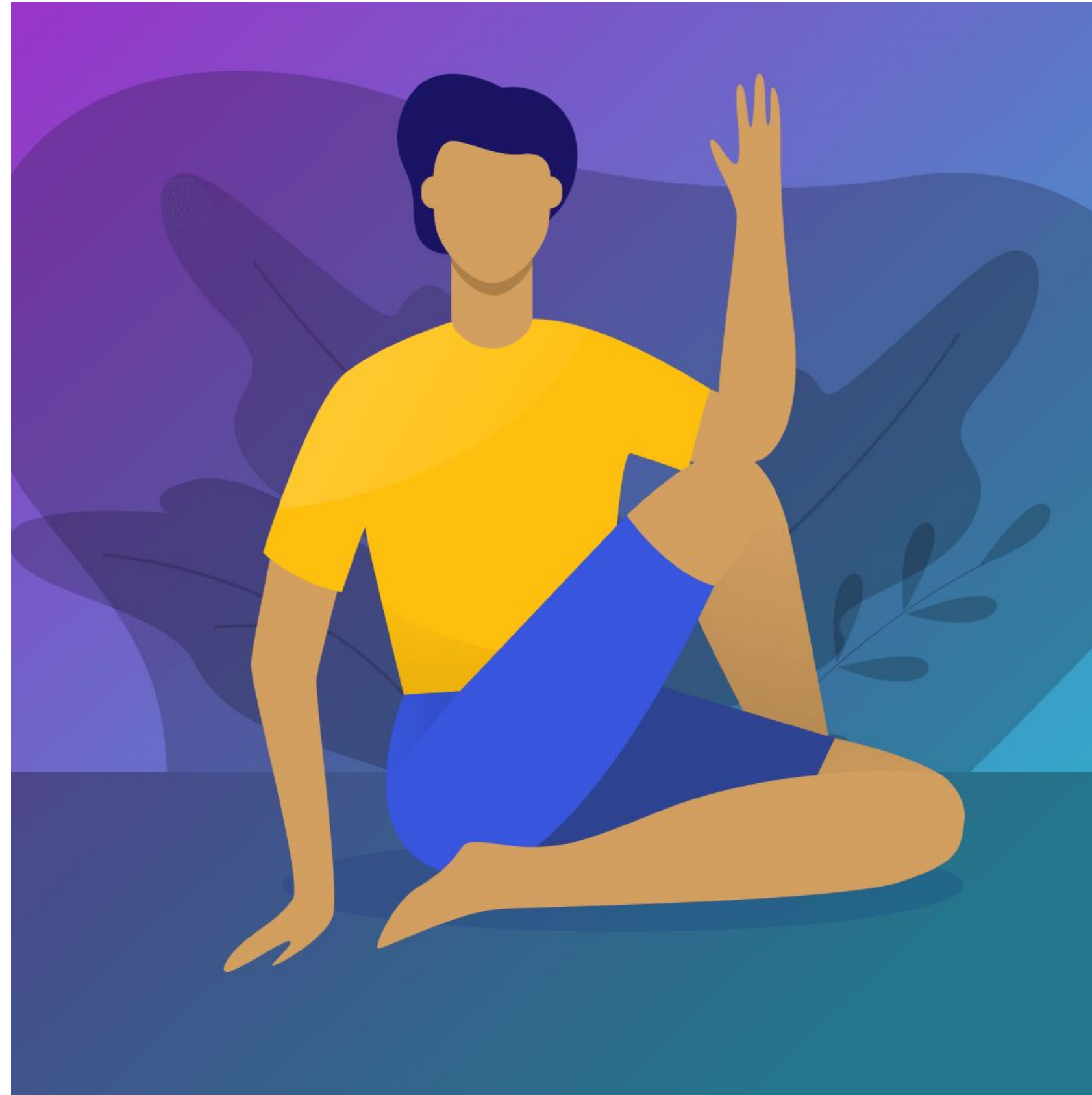




NEW CHALLENGE

Achtsamkeits-Challenge



17.07 - 23.07

Mach dich bereit für die Achtsamkeits-Challenge! Eine Woche lang, vom 17. Juli bis zum 23. Juli, sammle täglich 5 Achtsamkeitspunkte und schließe den Kreis, um mehr 💎 freizuschalten! Schließe Achtsamkeitseinheiten ab und absolviere Meditationen und Atemübungen um, dich resilienter zu machen. Achtsamkeit bedeutet, den gegenwärtigen Moment zu zelebrieren: Verankere dich im Hier und Jetzt, um ein Gefühl von Ruhe und Gelassenheit zu fördern. Viel Erfolg bei der Achtsamkeits-Challenge!