

# Adventskalender, Tag 5

## Live Balance: aktiv entspannen

Du brauchst eine Pause?

Egal ob draußen entspannen oder mit einer Atementspannung zur Ruhe zu kommen?!

Hier erfährst Du alles über das Thema:

<https://www.tk.de/techniker/magazin/life-balance/aktiv-entspannen-2000256>

Danach sind deine „Akkus“ garantiert geladen!