

# Programm

## 9 UHR – ERÖFFNUNG

Herzlich willkommen auf der Ausserferner Frauenmesse! **Bettina Friedl**, die Organisatorin, eröffnet die Veranstaltung

## 9.30 UHR – VORTRAG | SAAL EHRENBURG

**David Fischer** zeigt dir, wie du nachhaltig zu neuer Lebenskraft findest

## 10 UHR – VORTRAG | SAAL EHRENBURG

Du möchtest dein eigenes Unternehmen gründen? **Andrea Eisele von der WK Reutte** verrät, was du wissen musst

## 10.30 UHR – KEYNOTE | BÜHNE

„DU KANNST!“ Sei du, in deiner besten Version mit der Sales- und Personality-Expertin **Nicole Walser**

## 11 UHR – ENTSPANNUNG | SAAL FORT CLAUDIA

Entspanne bei „Klang und Kraft: Reise zu dir“ mit **Sabrina Herrmann**

## 11.30 UHR – SHOW | BÜHNE

**Mode Feucht** präsentiert die neuesten Trends der Saison

## 12.15 UHR – SHOW | BÜHNE

„Live-Auftritt“ Jumping mit **Nicole Gruber von JaMa Sports**

## 12.30 UHR – VORTRAG | SAAL FORT CLAUDIA

Entdecke mit **Christina Guem** deinen „Generation Code“ deinen unbewussten Treuevertrag

## 13 UHR – VORTRAG | SAAL EHRENBURG

Freudige Erwartungen als Medium: **Alexandra Gruber** spricht über die Verbindung zu Verstorbenen

## 13.30 UHR – ENTSPANNUNG | SAAL FORT CLAUDIA

Entspanne bei einer Yoga- Atem-Meditation mit **Nina Beirer und Julia Chemnitz**

## 14 UHR – VORTRAG | BÜHNE

**Verena Lämmle** spricht über die Außerferner Beauty Akademie und Hautpflege

## 14.30 UHR – VORTRAG | SAAL EHRENBURG

**Nicole Walser** zeigt dir, wie du „Die Macht des ersten Eindrucks“ für bleibende win-win-WOW Momente und echte Kundenbegeisterung nutzt

## 15 UHR – WORKSHOP | SAAL FORT CLAUDIA

Waldbaden, finde Ruhe im inneren Wald mit **Kathrin Lechner**

## 15 UHR – SHOW | BÜHNE

„Live-Auftritt“ Jumping mit **Nicole Gruber von JaMa Sports**

## 15.30 UHR – SHOW | BÜHNE

Träume wahr werden lassen: **Brautmoden Christine** präsentiert ihre Kollektion

## 16 UHR – VORTRAG | SAAL EHRENBURG

**Isabell Häuserer** gibt dir die wichtigsten Basics zur Ersten Hilfe an die Hand, die jeder kennen sollte.

## 16.30 UHR – VORTRAG | SAAL FORT CLAUDIA

**Lisa Fröhlich, Cindy Hofherr & Marlene Zweng** sprechen über natürliche Wege zu mehr Vitalität und Lebensqualität

## 17 UHR – ENTSPANNUNG | SAAL FORT CLAUDIA

„Einblick in den Frauenkreis: Gemeinsam stark“ mit **Sabrina Herrmann**

## 17.30 UHR – ENTSPANNUNG | SAAL FORT CLAUDIA

Lass den Tag ausklingen bei einer „Yoga-Atem-Meditation“ mit **Nina Beirer und Julia Chemnitz**

## Vorträge

mit **Nicole Walser**  
SALES & PERSONALITY

10.30 und 14.30 Uhr

## Modenschau

**F**  
FEUCHT  
MODE

Brautmoden  
*Christine*  
Hochzeiten & Festmode

11.30 und 15.30 Uhr

Live-Jumping  
mit **Nicole Gruber**  
von **JaMA Sports**

12.15 und 15 Uhr

Ganztägige Workshops mit Kräutern & Blüten beim Stand von Lechtaler Naturhandwerk & Sternchenlieb!  
Unsere Vorträge und Workshops dauern jeweils etwa 20 - 30 Minuten  
und sind für alle Besucherinnen kostenlos zugänglich.