«breath for life «

Vielfältige Atem- und Bewegungsanregungen bringen den Körper und die Seele in Schwung, stärken die Widerstandskraft, harmonisieren das Nervensystem und regen den Stoffwechsel an.

... erfahre die eigene Atemkraft und seine Wirkung!

atempraxis binder

Kursorte:
14-15h ZiitRuum7, Gysistrasse 6, Buchs/AG
19-20h PraxisRaum, hintere Vorstadt 16, Aarau
Leitung:
Beatrice Binder-Wernli
Körper- und Atemtherapeutin
Anmeldung:
info@atempraxis-binder.ch / 079 775 51 12
Kosten:
Einzelstunde CHF 30.00
6-er Abo CHF 150.00 / 12-er Abo CHF 270.00
Weiter Informationen:
Bequeme Kleidung, barfuss/rutschfeste Socken,
Falls vorhanden pers. Yogamatte mitbringen,
Raumzutritt jeweils 15 Min. vor Kursbeginn,
Einstieg jederzeit, Anmeldung erwünscht,
Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Kursplanung 2025 / 2. Semester

Donnerstag 14-15 Uhr, Ziitruum 7, Buchs/AG
August 14. ***September 11.***
Oktober 23. ***November 13.***
Dezember 11.

Donnerstag 19-20 Uhr
PraxisRaum, hintere Vorstadt 16, Aarau
September 25. ***Oktober 30.***
November 20. ***Dezember 18.***

Auf bald in der Atemgruppe ❀❀❀ Beatrice Binder