

Impulse zur Pensionierung Coaching & Atemtherapie



Beatrice Binder-Wernli

Wählen Sie zwei Kursabende

- Montag, 17. August & 31. August 2026
oder
- Donnerstag, 20. August & 3. Sept. 2026
jeweils 18.30 - 21.30 Uhr

Kursort:

PraxisRaum Vorstadt

Hintere Vorstadt 16, 5000 Aarau

4. Stock, Lift vorhanden



Regula Rickenbacher

Anmeldung jetzt:

info@atempraxis-binder.ch / kontakt@r-aufwaerts.ch

Zwei Kursabende für alle, die sich auf die Pensionierung vorbereiten und diese neue Lebensphase bewusst angehen möchten.

Ein Kurs mit praktischen Übungen in Atem und Bewegung für eine ganzheitliche und ausgeglichene Herangehensweise.

Inhalt: Mit dem 5-Säulen-Modell von Petzold betrachten wir verschiedene Aspekte des neuen Lebensabschnittes. Der ganzheitliche Ansatz von Coaching und Atemtherapie verbindet Körper und Geist. So eröffnen sich Ihnen neue Chancen und Zugang zu Ihren Ressourcen.

Mitbringen: bequeme Kleider und wenn vorhanden Yogamätteli

Kosten: CHF 140.- pro Person oder CHF 250.- für Paare

Kursleitung: Beatrice Binder, Komplementär Therapeutin OdA KT, Methode Atemtherapie
Regula Rickenbacher, betriebliche Mentorin mit eidg. Fachausweis

Anmeldung: info@atempraxis-binder.ch oder kontakt@r-aufwaerts.ch

Sichern Sie sich einen Platz mit frühzeitiger Anmeldung, spätestens bis am 5. August 2026.
Max. 10 Teilnehmende pro Durchführung. Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Wir freuen uns, Sie auf diesem inspirierenden Weg begleiten zu dürfen.
Beatrice Binder & Regula Rickenbacher