

SOMMERKURS

“ATMEN & BEWEGEN” IM ELEMENT “FEUER”



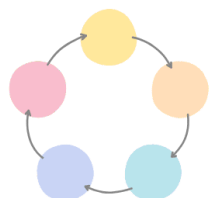
**Beatrice
Binder-Wernli**

Komplementärtherapeutin
OdA KT Branchenzertifikat
Methode Atemtherapie

Interesse / Anmeldung:
079 775 51 12
info@atempraxis-binder.ch



ORT PRAXISRAUM VORSTADT AARAU
DATUM 21.5. / 28.5. / 25.6.
ZEIT 18.30 - 20.00 UHR
TARIF 3 X 90 MIN. FÜR CHF 90.00



**... wenn das Feuer eines Menschen
im Gleichgewicht ist, wird der Sommer
Freude & Erfüllung bringen!**

- Kursort:** PraxisRaum Vorstadt, hintere Vorstadt 16, 5000 Aarau
bei schönem Wetter im Freien: Park Kunsthhaus od. Echolinde
- Anmeldung:** info@atempraxis-binder.ch oder WhatsApp 079 775 51 12
- Kosten:** 3-teiliger Kurs / drei Lektionen à 90 Min. = CHF 90.00
- Kursinhalt:** Bewusstsein der Atmung, Steigerung des Atemvolumens
Selbstregulation durch Atem- und Bewegungsübungen
Aktivieren, bewusstwerden, verankern der inneren Ressourcen
Integration und Transfer in den Alltag

Weitere Informationen:

Bequeme Kleidung, falls vorhanden pers. Yogamatte mitbringen,
Raumzutritt/Treffpunkt jeweils 15 Min. vor Kursbeginn

Voranmeldung erwünscht, Kleingruppe mit maximal 8 Teilnehmenden.
Der Kurs wird ab mindestens vier Anmeldungen durchgeführt.
Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.