



durch den Atem zu dir selbst



EDELGARD WEISS

Atemtherapie

EDELGARD MAGDALENA WEISS
ATEMTHERAPEUTIN AFA®



- Atem und Bewegung im Einzel- und Gruppenunterricht
- Atembehandlung auf der Liege

Buchbar unter:

Telefon 0171. 5173416

E-Mail info@edelgard-weiss.de



EDELGARD WEISS
Atemtherapie

GANZHEITLICHE ATEMTHERAPIE ATEM UND BEWEGUNG

Die Atemtherapie unterstützt Sie, Ihre Gesundheit selbst in die Hand zu nehmen.

Durch die Atemtherapie wird die natürliche Atembewegung gefördert. Sie erlernen klare und einfache Übungen, die Sie leicht in Ihren Alltag integrieren können. Die Übungen haben eine vielfältige positive Wirkung: Beweglichkeit der Gelenke, die optimale Sauerstoffversorgung der Organe und Muskeln und die Regulierung des vegetativen Nervensystems.

Der Atem ist die Quelle von Vitalität und Entspannung, sowohl auf körperlicher als auch auf seelisch-geistiger Ebene. Ihre Gesundheit wird gestärkt und Sie gewinnen auf natürliche Art mehr Energie und Lebensfreude.