

FORT- UND WEITERBILDUNG / PERSÖNLICHKEITSBILDUNG FÜR ALLE INTERESSIERTEN SOWIE KOMPLEMENTÄRTHERAPEUT*INNEN

ANWENDERKURS FÜR MENSCHEN MIT ATEM BESCHWERDEN

DIE HERBST- UND WINTERZEIT IST EINE GUTE GELEGENHEIT ZUM ÜBEN, UM IM NÄCHSTEN FRÜHJAHR GERÜSTET ZU SEIN.

In Klinischen Studien bestätigt die Buteyko-Methode, dass sie ein effektiver Ansatz ist um Atemwegsbeschwerden zu bekämpfen. Viele Atemwegsbeschwerden sind eine Folge von Überatmen. Entgegen der landläufigen Auffassung atmen Asthmatiker nämlich nicht zu wenig sondern zu viel. Asthma sowie Heuschnupfen, chronischer Schnupfen, chronischer hartnäckiger Husten und Bronchitis können gelindert und Medikamente reduziert werden.

Mit einfachen Atemübungen (Buteyko & Middendorf) lernen Sie die Grundlagen kennen, mit denen Sie Ihre Atembeschwerden und Gesundheit verbessern können.

KURSLEITUNG

Livia La Rocca

Atemtherapeutin Middendorf sbam und AFA® • KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom • eidg. Fachausweis Ausbilderin • Burnout Syndrom und Antistress Therapeutin / Beraterin, Paracelsus Heilpraktikerschule München • Buteyko Atemschulung • Supervisorin KT, von ODA KT zugelassen • Schulleitungsmitglied und Dozentin Institut Atem Bewegung Therapie GmbH

DATEN

Fr 09.10.2020 / Sa 10.10.2020 / Sa 07.11.2020

ZEITEN

Freitag, 9. Oktober: 17:00 – 20:00 Uhr / Samstag, 10. Oktober: 10:00 – 16:00 Uhr / Samstag, 7. November: 10:00 – 13:00 Uhr (Vertiefung)

TEILNEHMENDE

Kleingruppe max. 4 Teilnehmende

ORT

Atempraxis – La Rocca, Riesbachstrasse 61, 8008 Zürich

WEITERBILDUNG PERSÖNLICHKEITSBILDUNG



KOSTEN

CHF 400.00

ANMELDUNG UND AUSKUNFT

Livia La Rocca

078 667 20 97

info@atempraxis-larocca.ch

www.atempraxis-larocca.ch