

Breathwork

Die Kraft des bewussten Atmens

... du kannst ganz bewusst dein Leben
von innen heraus kraftvoll stärken...



.... du erlangst

- mehr Lebensqualität & Vitalität
- körperliche und mentale Stabilität
- Kraft, Stärke & Balance in täglichen, persönlichen & beruflichen Anforderungen
- Auflösung von Spannungsfeldern
- Senke dein Stress-Level
- Optimierung deines Immunsystems & Säure/Basenhaushalts
- Mobilisierung deines Herz & Blutkreislaufs

Breathwork ist auf vielen Ebenen ein wahres Lebenselixier. Unser Atem setzt immense Energien frei und kann sowohl auf körperlicher, mentaler, als auch auf seelischer Ebene vieles bewirken.

Die Macht deiner Energie liegt in deinen Händen!

Dieser Breathwork führt dich von innen heraus auf eine kraftvolle Atemreise.

INFOS & ANMELDUNG:

Andrea Stern

Dipl. Entspannungstrainerin
Kinesiologin
Sporttrainerin

@: office@andrea-stern.at
Tel: 0660 7075615
www.andrea-stern.at



AETAS Seminarraum

Mursberg 29
4111 Walding

Mittwoch 12.3.2025
18.30 – 20.00 Uhr

(€ 34,00)