

 Naturheilkunde

Atemtherapie nach Buteyko – die Heilkraft des Atems Aufbaukurs

Der ukrainische Arzt Dr. Konstantin P. Buteyko (1923–2003) erkannte, dass Personen mit Atemwegserkrankungen oft zu tief und zu schnell atmen und eine bewusste Reduktion der Atmung die Krankheitssymptome deutlich lindert.

Die Atemlehre nach Buteyko hat das Ziel, weniger und bewusster zu atmen, um die Bronchien zu erweitern und die Sauerstoffaufnahme zu optimieren. Somit soll der Körper mehr Energie und Vitalität erhalten.

Im Seminar werden die Grundlagen der Atemlehre nach Buteyko erläutert und die praktische Anwendung geübt. Die Methode wird durch Empfehlungen zur Stressbewältigung und zu einem gesünderen Lebensstil ergänzt.

Die Buteyko-Methode kann einen wertvollen Beitrag zum allgemeinen Wohlbefinden leisten, den Schlaf unterstützen und helfen, Erschöpfungszustände zu mildern, um so die körpereigene Balance zu fördern.

Inhalt:

- Hintergründe und Grundlagen der Atemlehre nach Buteyko
- Anwendungsgebiete
- Kontraindikationen und Vorsichtsmaßnahmen
- Atemtraining nach Buteyko mit praktischen Übungen
- Unterstützende Maßnahmen zur Stressbewältigung und zu einem gesundem Lebensstil

Das Seminar richtet sich an Heilpraktiker/innen, -anwärter/innen, Therapeuten/innen sowie an alle anderen am Thema interessierten Berufsgruppen mit entsprechenden Vorkenntnissen.

Der Aufbaukurs ist Bestandteil der Fachausbildung Atemtherapie und endet mit der Qualifikation zum/zur Atemtherapeut/in (Heilpraktiker/innen, -anwärter/innen, Therapeuten/innen) bzw. Atemcoach (Berater/innen).

Die Themen der weiteren Aufbaukurse, wie Erfahrbarer Atem nach Middendorf, Pranayama, Atem bei Angst- und Panikattacken, Atem im Stressmanagement, sind als einzelne Seminare buchbar.

Bitte bequeme Kleidung tragen.

Termin

Fr, 02.10.2026
14:00–20:00 Uhr

Preis

155,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Augsburg
Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSH89021026

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 04.08.2026

Dozent

Siegbert Lippert

Jg. 1965. Zuerst war Herr Lippert in Bereich Maschinentechnik tätig. 1998 hat er die Ausbildung zum Versicherungsfachmann absolviert und war selbständiger Unternehmer. Aufgrund der vielfältigen Erfahrungen aus der Berufswelt, hat er erkannt, dass viele Krankheiten durch Stress, Bewegungsmangel und falsche Ernährung verursacht werden. In 03.2023 beschloss er bei der Heilpraktiker Schule Paracelsus in Augsburg die Ausbildung zum Massage-Trainer, Entspannungstrainer, Ernährungsberater und einige Bewegungs-Therapien zu erlernen. Seit 09.2024 gibt er seine Erfahrungen, sein Wissen, und viele zusätzliche Informationen in seinen eigenen Praxisräumen an seinen Klienten mit Erfolg weiter. Mit der Vision, anderen Menschen dabei zu unterstützen, ihre Lebensqualität und ihre Gesundheit nachhaltig zu verbessern.