

Atemtechniken

PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Termine:

Fr. 20.06.2025

Sa. 21.06.2025

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

310,- Euro *

Paracelsus

Gesundheitsakademie

Hindenburgstr. 34

41061 Mönchengladbach

Tel. 02161 - 204051

Der Atem des Menschen ist eine der wichtigsten Vitalfunktionen.

Der Atem ist ganz nah mit physischen und psychischen Vorgängen des Menschen vernetzt. Durch gezieltes Atemtraining wird die Balance von Körper, Seele und Geist wieder hergestellt.

Den Atem haben wir unser Leben lang dabei und können immer damit arbeiten. Die Selbsterfahrung der Atemschulung vermittelt uns die Wirkung einer langen und gleichmäßigen Atmung. In diesem Seminar lernen Sie unterschiedliche Atemübungen und das Nutzen dieser Übungen zur Stressbewältigung und erleben die Wirkung direkt.

Dieses Seminar bereichert das Repertoire von Entspannungs- und Fitnesstrainern/innen, psychologischen Berater/innen, Coaches sowie Interessenten/innen aus pädagogischen und pflegenden Berufsgruppen.

Bitte bequeme Kleidung tragen und dicke Socken mitbringen.

Seminarnummer:

SSH41200625

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

