HERZ ATEM

So wie du atmest,
so lebst du.

Herz/Atem Workshop
07. April 2024

Entdecken Sie die Kraft der Herz-Atmung und lernen Sie, wie Sie Ihre Atmung kontrollieren können, Ihr Herz öffnen, Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu verbessern. In diesem Workshop werden Sie verschiedene Atemtechniken kennenlernen, die Ihnen helfen, Stress abzubauen, Ihre Energie zu steigern und sich verjüngen, Anti-Aging. Der Workshop ist für alle Altersgruppen geeignet und erfordert keine Vorkenntnisse.

Breathwork für ein besseres Leben

Robert-Leicht-Str. 113 • 70569 Stuttgart • 10.00 – 14.00 Uhr • 150 Euro

Anmeldung:

Brigitte Klein
info@life-soul-fitness.de
+49 15227107000
www.life-soul.de

LIFE · SOUL

Deine Vorteile von Herz/Atem:

- Stressbewältigung
- Anti-Aging (Körperliches Aussehen)
- Bewusster im Alltag die Atmung einbringen
- Dynamik und Lebendigkeit im Alltag
- Klare Entscheidungen treffen
- Verjüngung (Versorgung der Zellen)