

Atem- und Körperbewegung

Oftringen, Im Lindenhof, Lindenhofstrasse 21
Jeweils am **Mittwoch von 09.15 - 10.15 Uhr**



Gruppenkurse 2020

(13 Lektionen) 16. Sept. bis 16. Dez. 2020

16. / 23. / 30. Sept. + 14. / 21. / 28. Okt. + 04. /
11. / 18. / 25. Nov. + 02. / 09. / 16. Dez. 2020

Kosten Lektionen à je 60 Minuten

1 Lektion für CHF 20.-
13 Lektionen für CHF 240.-

Anmeldung & Auskunft

unter Telefon 062 751 07 45

Atem- und Körperbewegung

Ausbrechen aus der Hektik.

Eintauchen in die Ruhe.

Einfache Körper- und Atemübungen helfen, Ihren Körper besser zu verstehen und Ihren Atem fein zu dosieren. Damit erreichen Sie eine spürbare Harmonie von Körper, Geist und Seele und finden zur inneren Ruhe.

Einstieg Kurseinstieg und Schnupperstunde sind jederzeit möglich.

Tenue Bequeme Alltagskleidung und Socken.

Absenzen Absenzen, welche zu Beginn des jeweiligen Kurses bekannt sind, werden nicht verrechnet.



Lisbeth Bloch-Binz

Dipl. Atemtherapeutin /
Pädagogin nach
I. Middendorf

Oeltrottenstrasse 41
4812 Mühlethal
Telefon: +41 62 751 07 45
Mobile: +41 79 481 44 51

E-Mail: lisbeth.bloch@bluewin.ch
www.atem-bewegt.ch