

Atemlehre mit 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

Atemlehre mit Körperbewegung

**Lindenhof, im Gruppenraum, Heuweg 4,
4665 Oftringen**

Jeweils am Mittwoch von 09.00 bis 10.00 Uhr



Gruppenkurse im 2. Halbjahr 2023

C Kurs: 09. August bis 25. Oktober 2023 (10 Lektionen)
09. / 16. / 23. August, 06. / 13. / 20. / 27. September,
11. / 18. / 25. Oktober 2023

D Kurs: 01. Nov. bis 20. Dez. 2022 (8 Lektionen)
01. / 08. / 15. / 22. / 29. November,
06. / 13. / 20. Dezember 2023

Kosten Lektionen à je 60 Minuten

8 Lektionen	für CHF	160.-
10 Lektionen	für CHF	200.-
18 Lektionen	für CHF	340.-

Anmeldung & Auskunft

unter Telefon 062 751 07 45