

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 1. Halbjahr 2023

A Kurs: 18. Januar bis 29. März 2023 (9 Lektionen)
18. / 25. Januar, 01. / 08. / 15. / 22. Februar,
01. / 22. / 29. März 2023

B Kurs: 19. April bis 05. Juli 2023 (10 Lektionen)
19. / 26. April, 03. / 10. / 17. / 24. Mai,
07. / 21. / 28. Juni, 05. Juli 2023

Kosten Lektionen à je 60 Minuten

9 Lektionen	für CHF	180.-
10 Lektionen	für CHF	200.-
19 Lektionen	für CHF	360.-

Anmeldung & Auskunft

unter Telefon 062 751 07 45