



GESUNDES  
BLINDENMARKT



**Kneipp**  
Aktiv-Club  
Blindenmarkt  
Natürlich gesund leben

Atem-Workshop nach Norbert Faller

# GANZHEITLICHES ATEMERLEBEN®



**ATEM-WORKSHOP MIT**



[www.atempaedagogik.com](http://www.atempaedagogik.com)

## YVONNE KERN

Anmeldung bei: **Yvonne Kern**  
Akademische Atempädagogin  
☎ 0660 522 20 91

**Ich freue mich auf euch!**

[yvonne.kern@atempaedagogik.com](mailto:yvonne.kern@atempaedagogik.com)

Ganzheitliches Atemerleben® nach Norbert Faller ist eine sanfte und wirkungsvolle Methode. Sie spricht den Menschen in seiner Ganzheit von Körper, Geist & Seele an.

Kursblock-Kosten nur **€ 50** statt  
€ 120 für 5 Einheiten durch  
hohe Förderung der  
Gesunden  
Gemeinde.

**€ 50**

**Teilnahme-  
Gebühr**

**Nur € 45 für  
Kneipp-Mitglieder!**

**Termine Mittwoch 18 - 19:30 Uhr**  
**8.11. / 15.11. / 22.11. / 29.11. / 6.12.2023**  
**Kursort: Volksschule Blindenmarkt**



familienfreundlichegemeinde

Es wird im Sitzen, im Stehen und in Bewegung geübt. Achtsam wird bewegt, gedehnt, berührt und auch die Stimme wird miteinbezogen. Die Übungen können beleben & aktivieren – ebenso entspannen, ausgleichen & zentrieren - dazwischen gibt es Zeit zum Nachspüren und für den Austausch in der Gruppe. Ganzheitliches Atemerleben® ist für jede Altersgruppe leicht erlernbar und lässt sich gut in den Alltag integrieren.