

Stimme

Stimmung / Atmung am Chiemsee

Heidi Aghierha

Lebensqualität durch freies Atmen

“ Atme dich frei - öffne deine Lebensräume ”

Die Atmung - Ihre Lebensquelle für Wohlgefühl
sprudelnde Lebensqualität, Gesundheit,
Lebenskraft, Mittigkeit
Körperfitness und Ausgeglichenheit

Wussten Sie, daß durch die Atmung

- ... höchste Vitalität für das Herz-Kreislaufsystem erreicht wird?
- ... Gesundende Ausrichtung für Lungen-Herzkrankheiten erfahrbar wird?
- ... Diabetsis, Bronchitis, Asthma erheblich gemildert wird?
- ... Spannungsschmerzen im ges. Wirbelsäulenbereich korrigiert werden?
- ... Ihre körperliche und psychische Verfassung enorm unterstützt?

Die Atmung bildet die Nr. 1 in der Burnout Prävention.

Sie erlernen in diesem Seminar:

- Korrektur und Balance häufigster
Gewohnheitsmuster
- die natürliche Atemführung
- Kieferlockerung
- die Atmung in Sport, Alltag und Beruf

22.04.17 von 09.00 - 17.00 Uhr 109 € incl.

Unterlagen

11.05.17 von 18.00 - 21.00 Uhr 33 € incl.

Unterlagen

Ort: Stimme Stimmung Atmung am Chiemsee
Hauptstrasse 4 . D-83339 Chieming



Sprech-und Gesangsmethodik
Stimmtrainer & Coach. Atemschule. Stimmtherapie.
Tonfrequenzarbeit. Training Kommunikationsästhetik
Persönlichkeit. Motivation. Moderation.
Stimmbildung Einzel-Chor. Sängerin

Hauptstrasse 4 . 83339 Chieming .
+49(0)8664-9297323 . +49(0)179-2067989
www.aghierha-stimme.de. Kontakt@aghierha-stimme.de

Anmeldung erforderlich!
Bitte an Matte/Decke &
legere Kleidung denken!