



Gesundheitspark
Barmherzige Schwestern Wien



*Hier schlägt ein Herz der
Gesundheitsparks*

Aus unserer
Vortragsreihe

Kraftquelle ATEM

Schlüssel zu Präsenz, Klarheit und innerer Ruhe

Als Brücke zwischen dem körperlichen, dem seelischen und dem mentalen Bereich, beeinflusst unser Atem in hohem Maße Wohlbefinden, Vitalität und Regeneration.

Stress macht atemlos – seelische und körperliche Anspannungen aber lassen sich direkt über den Atem leicht wieder lösen.

Vortrag mit Übungen zum Kennenlernen von der **akad. Atempädagogin**
Christa Várkonyi.

Anmeldung unter cv@kraftquelleatem.at

7. November 2024, 18 Uhr
1060, Millergasse 7
Eintritt frei

