

Nordic Walking und bewusstes Atmen für mehr Lebensqualität im Waldgebiet Oftringen!

Meine weiteren Angebote:

Atemlehre mit Körperbewegung in kleinen Gruppen

jeweils Mittwoch,
9.15 – 10.15 Uhr

Im Lindenhof
Lindenhofstrasse 21
4665 Oftringen

jeweils Freitag,
9.30 – 10.30 Uhr
Gäuer Forum Schälismühle
4625 Oberbuchsiten

Einzelbehandlung (60 min.)

Termine nach Absprache
Untere Brühlstrasse 30
4800 Zofingen

Lust seinen eigenen Atemrhythmus zu spüren?
Lust Körper- und Atembewegung bewusst zu erleben?

Nordic-Walken im Gruppenkurs (max.10 Personen)
Mai bis Juli 2018 (8 Lektionen) à 90 Minuten
Jeweils am Dienstag um 19:00Uhr

Ich begleite Sie gerne als Nordic Instructorin NWO und als Atempädagogin:
8.Mai / 15. / 22. / 5.Juni / 12. / 19.Mai / 26. / 3.Juli 2018

Treff: Alte Bühnenbergstrasse, (P) oberster Waldeingang, 4665 Oftringen.
Mit Walkingausrüstung, Stockverleih nach Absprache.

Auskunft und Anmeldung unter:
062 751 07 45 oder unter www.atem-bewegt.ch
informiert Sie über die Atemtherapie - Methode und Angebote!

Atem ist Leben.

Atemlehre



Lisbeth Bloch-Binz

Dipl. Atemtherapeutin
Pädagogin SBAM

Oeltrottenstrasse 41
4812 Mühlethal

Telefon: +41 62 751 07 45
Mobile: +41 79 481 44 51
E-Mail: lisbeth.bloch@bluewin.ch

Besuchen Sie mich online:
www.atem-bewegt.ch

«Wenn wir das grosse Geschenk Atem
annehmen, ihn pflegen und kreativ damit
umgehen, kann er eine unerschöpfliche
Energiequelle sein.»

Ihre Lisbeth Bloch-Binz

