

## Atmung & Gesundheit



Der Atem beeinflusst sämtliche Funktionen in unserem Körper. Unterschiedliche Vorhaben erfordern unterschiedliche Atemtechniken und Atemrhythmen. Diese Fortbildung stellt verschiedene Übungs- und Trainingsprogramme der Atmung vor, die für Ihre Gesundheit förderlich sind.

**Übernachtung:** buchen Sie Ihren Aufenthalt direkt im WaldResort und genießen Sie eine stressfreie Zeit

**Kursgebühr:** 200,00 EURO / Person (exkl. Übernachtung u. Verpflegung)

**Beginn:**

Freitag, 17. März 2023

**Ende:**

Samstag, 18. März 2023

**Veranstaltungsort:**

99947 Weberstedt

Deutschland

**Website & Anmeldung:**

Email [buchung@waldresort-hainich.de](mailto:buchung@waldresort-hainich.de)

<https://www.waldresort-hainich.de/waldresort/veranstaltungen>