



BREATHWORK IST IN ALLER MUNDE

... und jeder verspricht
etwas anderes?



NIMM DEINE ATMUNG SELBST IN DIE HAND



Deine Atmung ist individuell.

Sie ist ein Schlüssel zu Deiner mentalen
und körperlichen Gesundheit.

Entwickle Dein eigenes Atemtraining.

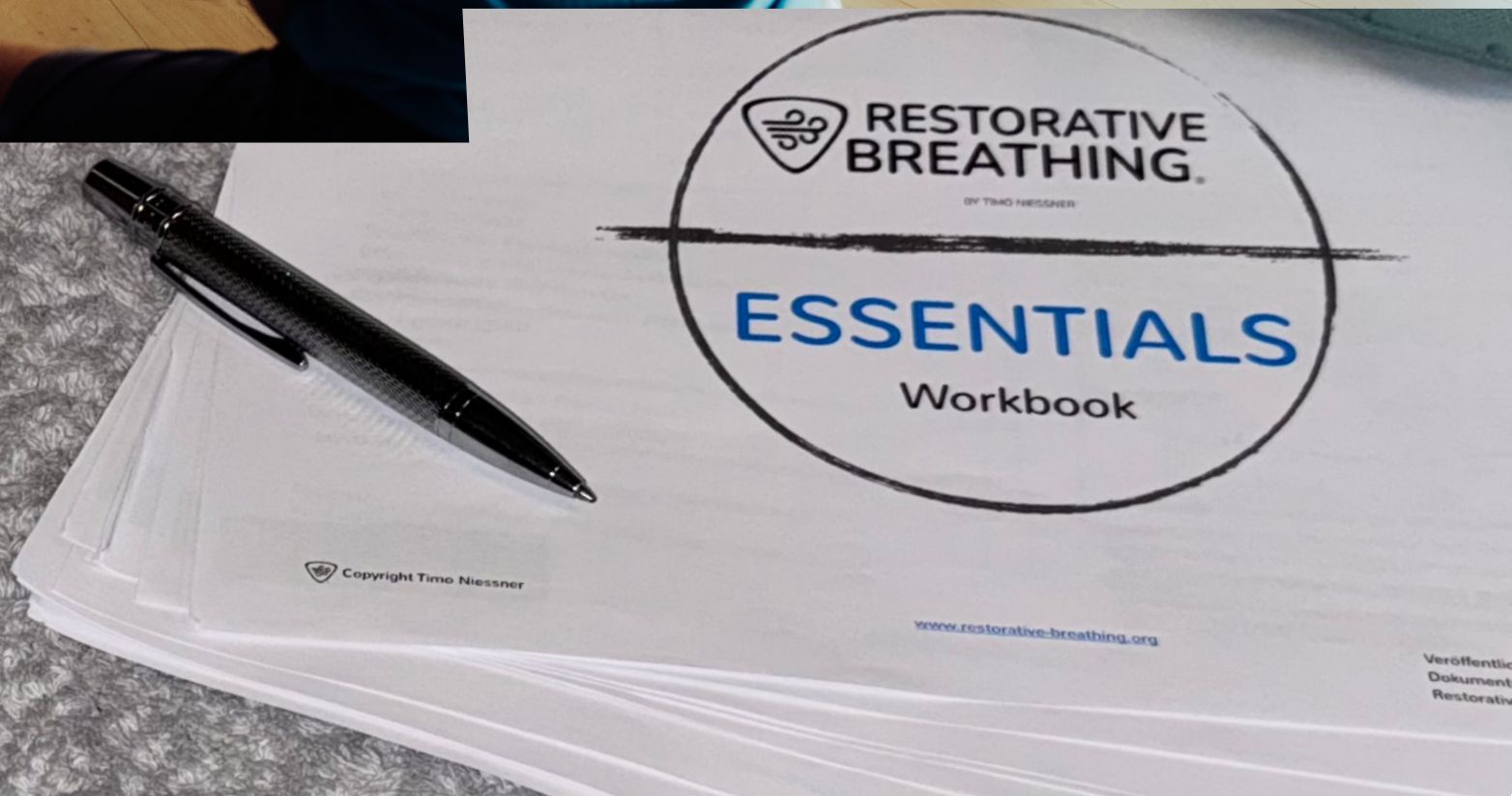
Spüre



Verstehe



Lerne





LERNE DIE GRUNDLAGEN GESUNDER ATMUNG



Wissenschaftsbasiert, verständlich.

In Theorie und Praxis.

Wende funktionale Atmung für Dich an.

Verstehe und beeinflusse Deine Atmung gezielt.



VERSTEHE UND ENTWICKLE DEIN EIGENES ATEMTRAINING



Stress, Schlaf, Verdauung, Sport,

Energie, Blutdruck, Fokus oder Klarheit.

Entdecke die Möglichkeiten und nutze sie
für Dich.



IM RESTORATIVE BREATHING® ESSENTIALS- KURS

➔ lernst du mit mir

- die Grundlagen der funktionalen Atmung in Theorie und Praxis
- Entwickelst Dein erstes eigenes Atemtraining
- Erhältst Dein Restorative Breathing® Zertifikat (online Test)
- Wirst Teil der Restorative Breathing® Community

Klaus Verweyen, Master Breathwork Coach



KURSTERMINE ´ 25

25./26.10.2025 Sa und So 8:30 - 13:30

und

15./16.11.2025 Sa und So 8:30 -13:30

im co:lab Hindemithstrasse 70, Ingolstadt

Anmeldung und weitere Angebote auf
www.zeitfuerfokus.de

