

# Atempause

Der Atem ist jene unerschöpfliche Quelle der Kraft, die stets in uns plätschert und zu sprudeln beginnt, sobald unser Bewusstsein sie entdeckt.

R. Arbenz



Mit einfachen, leichten Atem- und Bewegungsübungen den Alltag ausklingen lassen und KÖRPER – SEELE – GEIST regenerieren mit

Corina Oehrli, KomplementärTherapeutin Methode Atemtherapie – nach Middendorf

**18. Oktober 2019 – 18.00 Uhr**

**Im Freiluftwohnzimmer Viererfeld**

Mit freundlichem Gruss

Verein Quartier3012

