



Gesundheitspraxis Drachennest

Nicole Amsler
Sonnmattstr. 101
5242 Birr

Tel. 079 403 48 22
www.drachen-nest.ch



Ganzheitliche Regenerierung **Kurs für Jedermann/Frau**

Atmung, Bewegung, Gesundheit, Achtsamkeit

Besonders wirkungsvoll bei Stress, Druck, Überbelastung, Angst, Depression, Burnout. Bei körperlichen Problemen wie Schleudertrauma, Verspannungen von Schulter, Nacken, Rücken, Hüfte, Knie, Arthrose. Bei organischen Schwächen von Herz, Lungen, Nieren, Magen, Darm. Fördert den Kreislauf, Blutdruck und Stoffwechsel.

Ob im Sitzen, Liegen, Stehen oder Gehen, der bewusste Umgang mit der eigenen Energie fördert die Heilung und Erhaltung körperlicher, geistiger und seelischer Gesundheit.

Ort:	Sonnmattstr. 101, 5242 Birr
Daten, Zeiten:	jeden Mittwoch, 09.00-10.00 und 19.00 bis 20.00Uhr
Preis:	CHF 30.- pro Lektion oder CHF 100.- bei Vorauszahlung von 4 Lektionen
Schnupperstunde:	gratis
Leitung:	Nicole Amsler
Einstieg:	jederzeit möglich, keine Vorkenntnisse notwendig
Infos/Anmeldung:	Tel. 079 403 48 22 oder E-Mail n.amsler@bluewin.ch Anzahl Teilnehmer/Innen beschränkt

Ich freue mich auf Sie!