

Filialen Expertinnen Atempädagogik:

Fr. Silvia Luger Akad. Atempädagogin, körperzentrierte Atem- und Stimpädagogin, Psychosynthese Coaching www.atemkraft.at

Durch meine jahrelange Tätigkeit mit Lymphdrainage und anderen körperzentrierten Methoden, bin ich immer mehr auf die Wichtigkeit des Atems gekommen. Wahrnehmung und Empfindungsfähigkeit wurden dabei zum Grundthema.

| | |
|--------------------------|-----------------------|
| 1010 Wien, Hoher Markt 1 | Samstag 14:00 – 15:00 |
|--------------------------|-----------------------|

Fr. Charlotte Weiss: akademische Atempädagogin und Sängerin www.atemschwingung.com

Durch das volle Ausschöpfen einer ganzheitlichen Atmung wird eine optimale Sauerstoff-Aufnahme der Körperzellen, die Elastizität des Körpers, daher auch der Atemmuskulatur, die natürliche mühelose aufrechte Haltung, der Selbstheilungsprozess gefördert und bei konsequenter Übung merkbar verbessert.

| | |
|----------------------------------|------------------------------------------------|
| 1060 Wien, Mariahilfer Strasse 7 | Freitag 14:00 – 16:00 Samstag 14:00 – 15:00 |
|----------------------------------|------------------------------------------------|

Fr. Mag. Sara Lydia Husar: akademische Atempädagogin und Studium der Politikwissenschaften

Als Atempädagogin ist es meine Aufgabe, den Menschen ihren individuellen Atem näher zu bringen. In ihm drückt sich die Persönlichkeit eines jeden Menschen aus und körperliche, seelische und geistige Kraft kann durch ihn spürbar werden.

| | |
|--------------------------------------|-----------------------|
| 1060 Wien Gumpendorfer Strasse 96-98 | Freitag 14:30 – 16:30 |
| 1150 Wien, Gablenzgasse 5-13 | Samstag 14:30 – 16:30 |

Fr. Ingrid Feuereis: Akademische Atempädagogin (FH) www.atemzeitraum.at

Durch die Ausbildung zur Atempädagogin ist die ganzheitliche Betrachtung des Menschen für mich in den Vordergrund gerückt. Das Begleiten meiner Klienten durch verschiedenste Lebensabschnitte, Gesundungsprozesse, die Verbesserung der Lebensqualität und damit der Einfluss auf das seelische Gleichgewicht ist meine neue Aufgabe geworden.

| | |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------|
| 1110 Wien, Simmeringer Hauptstrasse 96A | Freitag 16:00 – 18:00 Samstag 11:00 – 13:00 |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------|

Fr. Eva Janele: Akademische Atempädagogin

Ich sehe die Atempädagogik als eine ganz große und wunderbare Kraftquelle. Das Leben eines Menschen beginnt mit einem Atemzug und endet mit einer tiefen Ausatmung. Dazwischen liegen Millionen von Atemzügen, die unser Leben auf alle möglichen Arten beeinflussen. Die Atempädagogik ist eine sanfte und wirkungsvolle Methode. Sie spricht den Menschen in seiner Ganzheit von Körper, Geist und Seele an.

| | |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------|
| 2331 Vösendorf, SCS Allee 115, Top 140A | Freitag 15:00 – 17:00 Samstag 10:00 – 12:00 |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------|

Fr. Yvonne Kern: Akademische Atempädagogin www.atempaedagogik.com

Mit der Atempädagogik spreche ich den Menschen in seiner Ganzheit von Körper, Geist und Seele an. Die Atempädagogik ist eine sanfte und wirkungsvolle Methode. Unter anderem macht sie widerstandsfähig gegen Stress und Burnout, hilft bei Erschöpfung, Schlafstörungen und Nervosität.

| | |
|---------------------------------------|------------------------------------------------|
| 3363 Neufurth, Schwarzer Weg 2, Top 7 | Freitag 16:00 – 18:00 Samstag 10:00 – 12:00 |
|---------------------------------------|------------------------------------------------|

Fr. Mag (FH) Ivana Vötter: Akademische Atempädagogin <https://atem-tirol.at/>

Ich bin seit über sechs Jahren als Atempädagogin tätig und beschäftige mich intensiv mit neuen Methoden im Bereich Atem und seine Wirkweise auf die Gesundheit und das Wohlbefinden. Ein besonderer Schwerpunkt meiner Arbeit ist die Regulierung des zentrale Nervensystems.

| | |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------|
| 6176 Völs, Cytastrasse 1, Top 218 | Freitag 9:00 – 13:00 Samstag: 9:00 – 13:00 |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------|

Fr. Waltraud Fritz: Akademische Atempädagogin und Heilmasseurin www.atemforyou.at

So wie ein Musiker sein Instrument verstehen will, wollte ich die Atmung besser verstehen. Mir ist es wichtig, ein breites Wissen über den Atem zu haben. Atem und Yoga, Atem und Meditation, der erfahrbare Atem, Freiatmen, Tiefenatmen, der geführte Atem, all das habe ich kennengelernt. Es ist eine lange Reise um das weite Feld des Atems wirklich zu verstehen. Ich möchte die Menschen dabei unterstützen, dies zu tun.

| | |
|-----------------------------|----------------------|
| 8010 Graz, Jakominiplatz 25 | Samstag 9:00 – 12:00 |
|-----------------------------|----------------------|