

# Atemtechniken

## NATURHEILKUNDE



Termine:

**Sa. 31.05.2025**

**So. 01.06.2025**

jew. 10:00-18:00 Uhr

Preis:

**310,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Heinkelstraße 1  
93049 Regensburg  
Tel. 0941 - 599 92 11**

Der Atem des Menschen ist eine der wichtigsten Vitalfunktionen.

Der Atem ist ganz nah mit physischen und psychischen Vorgängen des Menschen vernetzt. Durch gezieltes Atemtraining wird die Balance von Körper, Seele und Geist wieder hergestellt.

Den Atem haben wir unser Leben lang dabei und können immer damit arbeiten. Die Selbsterfahrung der Atemschulung vermittelt uns die Wirkung einer langen und gleichmäßigen Atmung. In diesem Seminar lernen Sie unterschiedliche Atemübungen und das Nutzen dieser Übungen zur Stressbewältigung und erleben die Wirkung direkt.

Dieses Seminar bereichert das Repertoire von Entspannungs- und Fitnesstrainern/innen, psychologischen Berater/innen, Coaches sowie Interessenten/innen aus pädagogischen und pflegenden Berufsgruppen.

Bitte bequeme Kleidung tragen und dicke Socken mitbringen.

Seminarnummer:

**SSA84280625**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:



**Dozent/in Renate Rothfischer:** Jg. 1959, eine Tochter; Studium der Germanistik und Philosophie sowie Ausbildg. z. Techn. Redakteurin; 1996 Ausbildg. z. Yogalehrerin mit langjähriger Praxis im Unterrichten; einjähriger Aufenthalt in einem Yogaseminarhaus (Ashram) in Frankreich. Während der Elternzeit folgten weitere Aus- und Fortbildungen sowie Nachhilfetätigkeit an verschied. Instituten, daraus folgend beratende Tätigkeit für Eltern speziell auch zu Schulthemen. 2008-09 Trainerin für integrative Atem- und Körperarbeit (TAK), 2012 Atemkursleiterin, 2013 Seminarleiterin für Autogenes Training nach Prof. Dr. J.H. Schultz; desweiteren Seminare zu Lösungsorientierter Gesprächsführung und NLP. Psychologische Beraterin; Frau Rothfischer betreibt ein eigenes Yogastudio, eine Praxis für Psych. Beratung in Wörth und sie ist Dozentin an der VHS.

