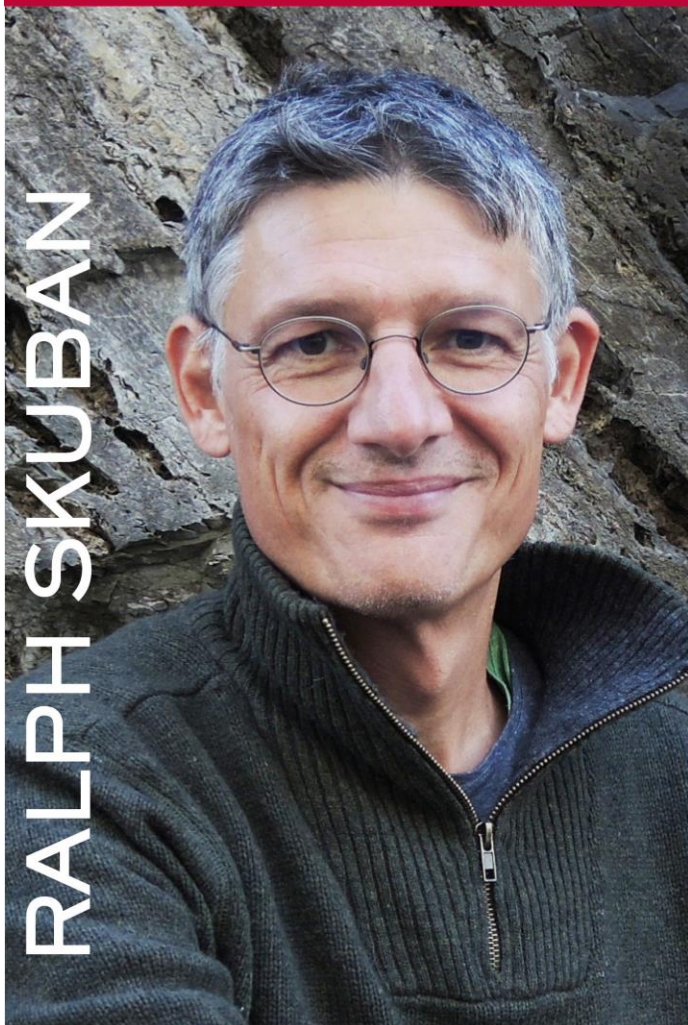


# ATEM UND GESUNDHEIT

ONLINE WORK SHOP MIT DR. RALPH SKUBAN

RALPH SKUBAN



## WAS KENNZEICHNET EINE GESUNDE UND NATÜRLICHE ATMUNG?

- Die zentrale Bedeutung der Nasenatmung
- Die gravierenden Folgen der Mundatmung
- Das Problem dysfunktionaler Atmung, vor allem der Überatmung
- Einfache Tipps und Anleitungen für eine gute Atmung am Tag und in der Nacht

Wir greifen hier auf einen Online Termin zurück, um in der aktuellen Situation keine Diskussionen hervorzurufen.

### Online Live Termin:

**Samstag: 11. Dezember 2021**

**Uhrzeit: 16.00 Uhr – 18.30 Uhr**

**Preis: 39,00 Euro**

Anmeldung Informationen

unter [info@inyou-beratung.de](mailto:info@inyou-beratung.de) oder  
[onlinefit@medius-schliersee.de](mailto:onlinefit@medius-schliersee.de)

## Anmeldung

[info@inyou-beratung.de](mailto:info@inyou-beratung.de) oder

[onlinefit@medius-schliersee.de](mailto:onlinefit@medius-schliersee.de)