



Einladung zum
Workshop
22.09.2022
KKLW, 19 Uhr

Workshop mit Katharina Roer

Luft zum Atmen

Wirkungsvolles Atemmuskeltraining für
eine verbesserte Lebensqualität.

Donnerstag, 22. September 2022, 19.00 Uhr, KKLW



Workshop

Erfahre in einem kurzen Theorievortrag, worum es beim Atemmuskeltraining geht. Anschliessend trainierst du praktisch unter der Anleitung von ausgebildeten Atemtherapeuten in Kleingruppen mit dem Idiag P100.

IDIAG P100

Der Atemmuskeltrainer Idiag P100 ist bekannt für seine vielfältigen positiven Effekte, wie:

- Linderung von Atemwegserkrankungen
- Reduzierung von Nacken- und Rückenbeschwerden
- Gewichtsreduktion
- Verminderung von Schlafapnoe und Schnarchen
- Insgesamt eine verbesserte körperliche Leistungsfähigkeit

Ort

Der Vortrag findet in den Räumlichkeiten des **KKLW Wolhusen**, Bergboden 7, statt.

Zeit

Beginn um 19.15 Uhr

Einlass ab 18.45 Uhr

Dauer ca. 90 Minuten

(Vortrag inkl. Praxisworkshop und Diskussionsrunde)

Eintritt

Kostenlos

Anmeldung

Die Teilnehmerzahl ist beschränkt!

Anmeldung unter: Connection Wolhusen, T 041 490 40 40 oder direkt beim Empfang



Katharina Roer

Verkaufsleitung Idiag Schweiz & Deutschland
Diplom-Sportwissenschaftlerin
Age-Group Triathletin

