

Einzelbehandlung

In der Einzelstunde kann ich mich Ihren individuellen Bedürfnissen und persönlichen Anliegen zuwenden. Sie werden in bequemer Kleidung behandelt. Durch Anwendung von gezielten Bewegungen, Dehnungen, Druckpunkten und nährenden Griffen wird Ihr Körper durchlässig für die Atembewegung. Die Atmung kommt in den Fluss und das wirkt ausgleichend auf das vegetative Nervensystem und auf Ihre psychosomatische Balance. Übungen können die Behandlung ergänzen. Im Gespräch vertiefen Sie die neuen Erfahrungen.



Krankenkassenabrechnung

Atemtherapie ist eine anerkannte Methode. Eine Abklärung der Kostenübernahme mit Ihrer Zusatzversicherung ist notwendig.

Roswitha Muntwyler

Atem- und Körpertherapeutin Methode Middendorf
KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom

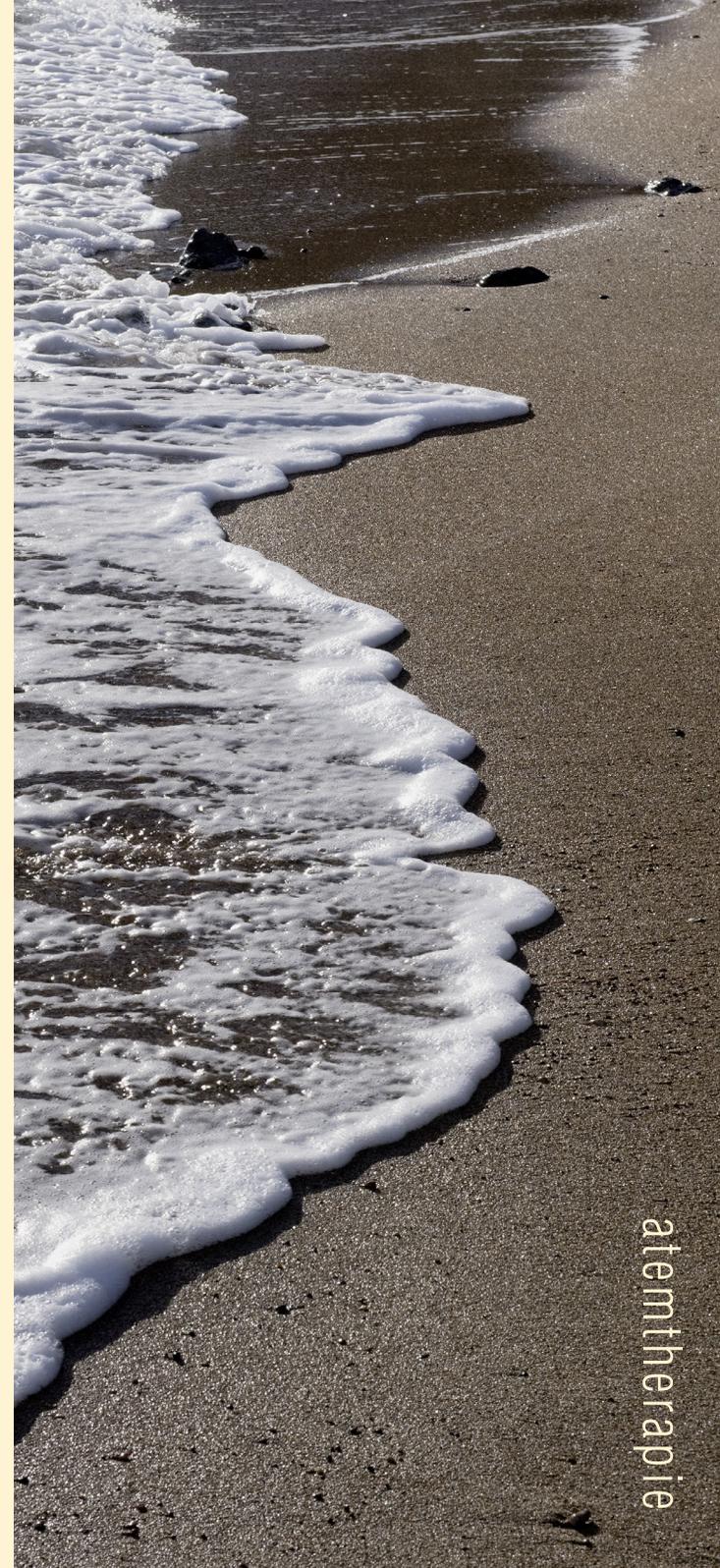
Atem + Rhythmus

Spiegelgasse 6
5200 Brugg

076 502 11 01

info@atem-rhythmus.ch
www.atem-rhythmus.ch

atemtherapie



atemtherapie



Atem und Gesundheit

Die Atmung – **unsere wichtigste Lebensfunktion** – geschieht wie von selbst. Unbewusst wird sie durch das Nervensystem gesteuert.

Die Methode Middendorf schenkt der Atmung besondere Beachtung: wir lernen unseren Atem kennen und erfahren die wohltuende Kraft durch das wachsende Körperempfinden. Das löst Spannungen, lindert Beschwerden und Schmerzen, verbessert die Lebensqualität und verhilft zu einer ausgeglichenen psychischen Wachheit.

Atem und Alltag

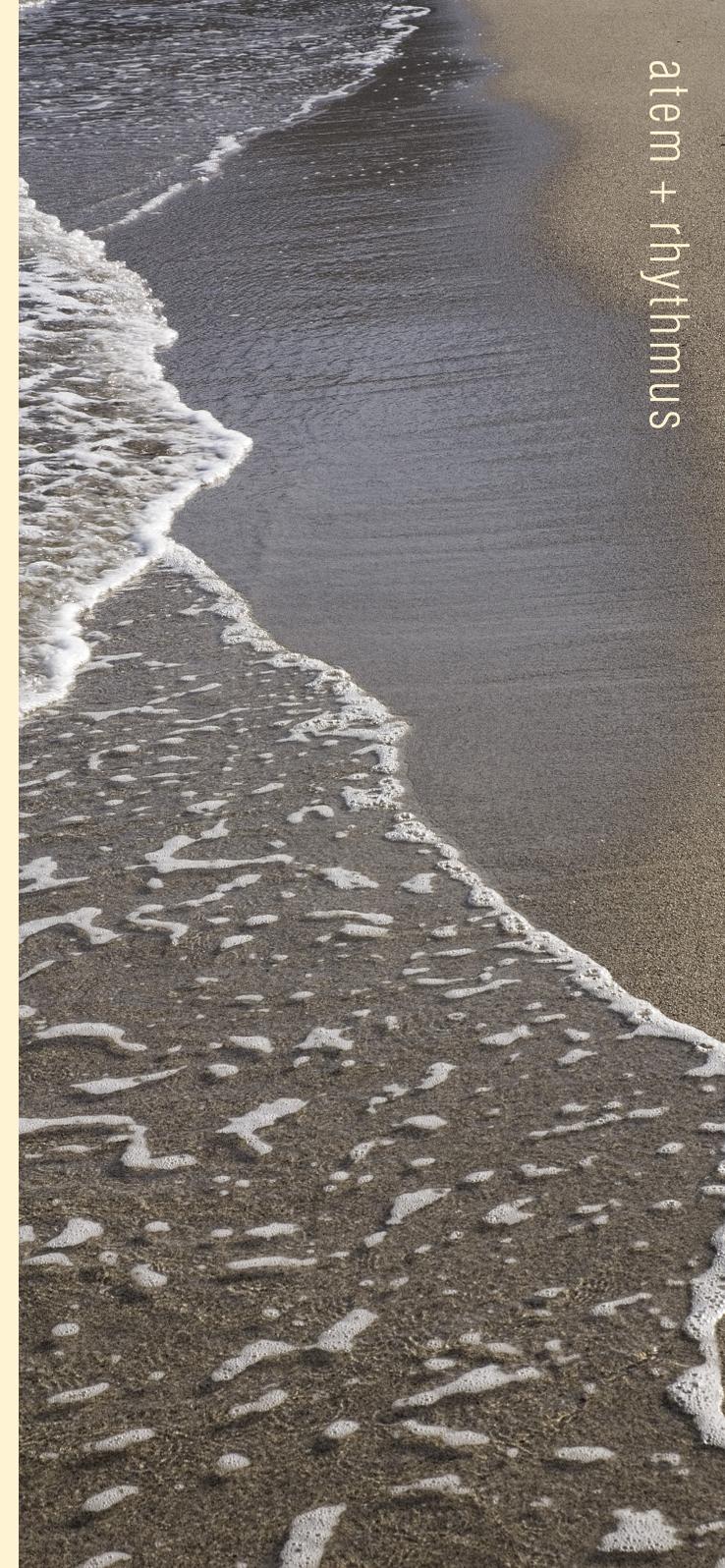
Atmung ist mehr als das Einatmen frischer Luft und das Ausatmen verbrauchter Luft. Atmen ist Lebensenergie, Atem ist Leben und der Schlüssel zur Seele. Der Atem reagiert sensibel auf körperliche und seelische Beeinflussungen, wie Anstrengung, Stress, Anspannung, Angst und auch Freude. Unsere Lebenssituation und unser Atem beeinflussen sich gegenseitig, auch wenn wir uns dessen oft nicht bewusst sind.



Roswitha Muntwyler

- *1954 in Wien
- Atem- und Körpertherapeutin Methode Middendorf
- KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom
- sbam Mitglied (www.sbam.ch)
- Humanistische Psychotherapeutin (Dr. Wolf Büntig, Zist)
- Seit 1999 in eigener Praxis
- Laufend Weiterbildungen in Atemtherapie/verwandten Bereichen
- Dipl. Supervisorin Komplementär (Lika)
- Palliative Atemtherapeutin

atem + rhythmus



atem + rhythmus