

# 9D-BREATHWORK EVENTS

Stress, Burnout, Depression – die wahre Epidemie unserer Zeit!

Hast du genug von mentaler Erschöpfung und dauerhafter Anspannung oder aber du möchtest es erst gar nicht so weit kommen lassen? Möchtest du lernen, dein Stressniveau selbst zu regulieren und deine Gesundheit in die eigene Hand zu nehmen? Dann ist dieses Event genau das Richtige für dich!

## Was dich erwartet:

**Vortrag:** Wie die Atmung dein Nervensystem beeinflusst & dein Leben verändern kann.

**90-minütige 9D-Breathwork Session:** Tauche ein in eine transformative Erfahrung – emotionale Blockaden lösen, tief entspannen & neue Energie tanken.

**Morgen-Session (30 Min.):** Starte den Tag mit Klarheit, Fokus & Vitalität.

## Warum 9D-Breathwork?

- > **Kombiniert Atmung mit** hypnotischen Suggestionen, Frequenzen & Sound-Technologie
- > Reguliert dein Nervensystem und reduziert Stress sofort
- > Fördert emotionale Heilung & innere Balance
- > Bringt dich in einen tiefen meditativen Zustand, der mit herkömmlichen Techniken schwer zu erreichen ist

## **Ort: Adlerhorst Oberiberg**

**Termine:** - **Donnerstag (Auffahrt) 29.05.**  
- **Sonntag 08.06.**  
- **Donnerstag (Fronleichnam) 19.06.**  
jeweils ab 16 Uhr

**Preis: 199 CHF (+Übernachtungskosten)**

Anmeldung: [info@adlerhorst-oberiberg.ch](mailto:info@adlerhorst-oberiberg.ch) oder direkt bei uns im Adlerhorst

Atme tief. Fühle tief. Erlebe Transformation.

