

Tinnitus-Atemtherapie: Letzte Plätze

Die deutsche Heilpraktikerin und Atemtherapeutin Maria Holl hat eine spezielle Tinnitus-Atemtherapie («TAT nach Holl[®]») entwickelt, die wissenschaftlich gestützt ist (*Bericht im dezibel 5-2011*). Tinnitus, Hörsturz und Schwindel sind Symptome, die u.a. auf einen zu hohen Stresspegel im Leben der Betroffenen hinweisen. Im Tinnitus-Atemtraining nach Holl[®] entwickeln die Teilnehmenden Stress vermeidende Strategien der Lebensführung und erlernen regenerative Entspannungs-, Bewegungs- und Atemübungen aus der westlichen und östlichen Gesundheitslehre. Das Atemtraining versetzt die Teilnehmer in die Lage, die Intensität der Symptome zu beeinflussen.

Viele Tinnitus-Patienten haben mit ihrer Tinnitus-Atemtherapie ganz erstaunliche Ergebnisse erzielt. Maria Holl bietet nun erstmals an zwei Wochenenden in Zürich Tinnitus-Betroffenen Kurse an. Teilnehmen können max. 20-22 Personen. Frühzeitige Anmeldung empfiehlt sich darum.

Kursdaten: 1. Wochenende Samstag/Sonntag 10./11. März 2012, 10-18 Uhr. 2. Wochenende Samstag/Sonntag 5./6. Mai 2012, 10-17 Uhr. Der Kurs erstreckt sich über beide Wochenenden. In der Zwischenzeit üben die Teilnehmenden die Atemübungen zu Hause.

Kursort: Restaurant Neubühl (Giebelsaal). Das Restaurant (www.wirtschaftneubuhl.ch) liegt in der grünen Oase Irchelpark bei der Universität Irchel (Winterthurerstrasse 175, 8057 Zürich). Anreise ab Hauptbahnhof mit Tram 10, 14 oder 11 (ab Bahnhofquai/HB) in 15-20 Minuten. Mitnehmen oder anziehen: bequeme Kleidung. Mittagessen im Restaurant Neubühl möglich. Übernachtungsmöglichkeiten finden sich in nahe gelegenen Hotels.

Kurskosten: Für beide Wochenenden (4 Tage) 660 Franken (ohne Verpflegung).

Anmeldung und Informationen: Sekretariat Schweizerische Gesellschaft für Bioenergetische Analyse und Therapie (SGBAT), Anita Tan, Dorfstrasse 12f, 8902 Urdorf, Tel. 043 455 91 53 (Montagvormittag), sekretariat@sgbat.ch. Anmeldungen bis spätestens 20. Februar 2012. Bei kurzfristigen Absagen (eine Woche vor Kursbeginn) müsste leider der volle Kurspreis beglichen werden.

Anmeldungen und Informationen auch möglich über die Praxis Maria Holl, Klemensstrasse 3, D-52074 Aachen, Tel.: 0049-241-51 38 50 (Dienstag-Donnerstag 9-12.30 Uhr), info@maria-holl.de, www.maria-holl.de