

# Push up your Immunsystem



Die „Keimzelle“ jeder Erkrankung ist das Immunsystem. Eine wirkungsvolle (Selbst-)Therapie bekämpft also nicht vorrangig Erreger, sondern stärkt den „körpereigenen Hausarzt“.

# Immunboost WaldAtmen

- 90% weniger Staubpartikel in der Luft im Vergleich zur Stadt und geschlossenen Räumen
- Optimale Sauerstoffversorgung und CO2 Balance
- Richtiges Atmen + Gezieltes Entspannen + Maßvolles Bewegen (+ maßvolle Ernährung)
- Die Atemwege reinigen. Den Geist klären. Der Seele zuhören.
- Grün! Terpene! Botenstoffe!
- Balance zwischen kognitivem Verstand und Sinneswahrnehmungen
- Schon 45 min im Wald senken nachweislich den Blutdruck

Immunboost = Richtig Atmen. Runterkommen. Unten bleiben.

*Durchatmen*

In den stadtnahen Wäldern von  
Heidelberg • Mannheim • Schriesheim • Wilhelmsfeld



Powered by Breathing

**AtemWege Rhein-Neckar**

Akademie für präventive Gesundheitsförderung

0176 2222 3792

0176 7210 1736

hallo@atemwege-rhein-neckar.de

www.atemwege-rhein-neckar.de

