

נשימה

ובריאות



שיטת בוטייקו

www.ButeykoPractice.com

תארו לעצמכם את חייכם ללא:

נחירות

אסטמה

אף סתום

סינוסיטיס

קשיי נשימה

נזלת כרונית

עייפות מתמדת

פיהוקים, אנחות

אבדן חוש הריח

דום נשימה בשינה

שינה בלתי מרעננת

אפשרי כשלומדים נשימה בריאה!

לפרטים צרו קשר:

אורנה אדריאנסן – מנחה לשיטת בוטייקו

0525-925-318

Orna@ButeykoPractice.com

נחירות

"א. סיפרה לנו על הצלחה מסחררת בטיפול
בנחירות של בעלה.

כל הנשים זקפו אוזניים. זאת בעייה מאוד קשה,
שנה עם בן זוג נחרך, ולא מדברים עליה או
מתייחסים אליה מספיק. גם התרופות הרגילות
בשוק לא ממש עוזרות"...

צרידות, אלרגיה, התעטשויות, פיהוקים

"עכשיו הקול לא "נעלם" ולא מצטרד, בהרצאות
קל לי לשלב דיבור ונשימה. אלרגיה, התעטשויות
ופיהוקים תכופים, שהפריעו לי גם בנהיגה -
פסקו."

התקפי אסטמה, כאבי שרירים ומפרקים
פסקו

"התקפי האסטמה פסקו, ורוב הסימפטומים פסקו.
השיטה הוצגה באופן ברור, סובלני והדרגתי. הלימוד
בקבוצה מעשיר.
המפגשים היו מאוד ענייניים וממוקדים, והליווי במייל
מאוד עוזר."

סדנאות לקבוצות וליחידים



נשימה בריאה – המפתח לבריאות

www.ButeykoPractice.com

