

Suzanne Wohrmann  
Training & Coaching

## THE ART OF BREATHING

Wanneer je je geest beter leert kennen geeft dit een breder perspectief op het leven. Negativiteit, frustraties, ongeduld, onrust en zorgen verdwijnen. Je voelt je meer in balans en bent je meer bewust van je acties en de gevolgen ervan.

Om mensen individueel te helpen van stress af te komen en innerlijke balans te ervaren, biedt Art of Living stressbestrijdingsprogramma's met ademtechnieken, meditatie en yoga. Deze programma's hebben miljoenen mensen geholpen om stress, depressie en gewelddadig gedrag te overwinnen.



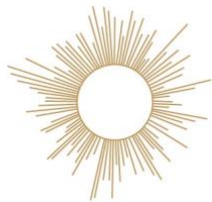
Sinds 2014 ben ik als teacher actief voor de Stichting The Art of Living. Art of Living, opgericht in 1981 door Sri Sri Ravi Shankar, is een educatieve, humanitaire organisatie zonder winstoogmerk, die zich bezighoudt met stressmanagement en serviceprojecten. De organisatie is actief in meer dan 155 landen.

Suzanne Wohrmann Training & Coaching

Frans Duwaerstraat 3 | 4333 CW Middelburg | 06229 329 20 | [info@suzannewohrmann.com](mailto:info@suzannewohrmann.com)

[www.suzannewohrmann.com](http://www.suzannewohrmann.com) | KVK: 56745699 | BTW: NL001980428B68 |

NL96 ASNB 0942 4078 81 t.n.v.: BusYness en Spiritualiteit



Suzanne Wohrmann  
Training & Coaching

Alle programma's worden aangestuurd door Sri Sri's filosofie van vrede: "Als we geen stressvrije geest en geweldloze samenleving hebben, kunnen we geen wereldvrede bereiken."

Zelf bied ik The Art of Breathing in Middelburg aan. Op 6 november 2020 start er weer een cursus en je kunt je [via deze link](#) inschrijven.

Wil je eerst nog wat meer informatie hebben, neem gerust [contact](#) met me op en ik beantwoord je vragen met liefde.