



**CONNECTION**  
WOLHUSEN

TERMIN  
SPEICHERN!



Einladung zum  
**VORTRAG**  
**21. März 2024**  
KKLW Wolhusen,  
19.30 Uhr

**ÖFFENTLICHER VORTRAG**

# **ATME LEICHT**

für ein energiegeladenes Leben!

**mit Michael Marx**

Dipl. Sportwissenschaftler, Referent und Autor der Deutschen Gesellschaft für Ernährung und Sport

**Donnerstag, 21. März 2024, Bergboden 7, 6110 Wolhusen**

Öffentliche Vortrag (kostenlos) – Anmeldung erwünscht: T 041 490 40 40



Weniger Sauerstoff führt zu mehr Leistungsfähigkeit im Alltag, zu besserer Schlafqualität, zu verbesserter Fettverbrennung, zu gesunden Zellen und mehr Konzentration.

Dieser Vortrag zeigt dir Möglichkeiten, wie du mit jedem Atemzug **mehr Energie** gewinnen kannst. Mit Atemübungen und Atmung spezieller Luft kannst du innerhalb von **kurzer Zeit** dein Energielevel erhöhen. Dies hält **jung, vital und gesund** und bewahrt gleichzeitig vor Krankheiten.



Mehr Informationen zu diesem spannenden Thema gibt es hier:



---

**ZEIT: 19.30 Uhr** (Einlass ab 19.00 Uhr) +++ **EINTRITT: kostenlos** +++

**ANMELDUNG: Erwünscht** bei der Connection Wolhusen oder unter T 041 490 40 40

---

### Kurzinfo zum Referent Michael Marx

Seit über 25 Jahren beschäftigt er sich intensiv mit der Entwicklung und praktischen Umsetzung innovativen wissenschaftlichen Know-hows auf den Gebieten Sport, Medizin und Ernährung. «So vielen Menschen wie möglich die bestmögliche Gesundheit und Vitalität zurück zu geben sowie diese dauerhaft zu erhalten und bei der Steigerung ihrer Lebensqualität zu unterstützen.» lautet seine Devise.



**Michael Marx**  
Dipl. Sportwiss. (Univ.)