

Ik heb een nieuwe techniek geleerd waar ik super enthousiast over ben en die ik graag met je wil delen!

De afgelopen tijd heb ik een opleiding gevolgd tot Epiphora ademtherapeut, een moeilijke naam voor een hele mooie en eenvoudig toe te passen therapie met onnoemelijk veel resultaat!!

Zeg nou zelf, klinkt dat niet geweldig? 2-3 x per dag 10 tot 15 minuutjes oefeningen en ademtechnieken toepassen met geweldige resultaten voor je gezondheid...

En nu hoor ik je al denken: "Dat klinkt inderdaad wel heel mooi, zelfs te mooi om waar te zijn..."

Ik dacht er in het begin namelijk precies zo over. Ik had de opleidingsinformatie en de ervaringsverhalen gelezen, persoonlijke uitleg gehad, het ook nog een keer zelf uitgeprobeerd...en ik was en bleef op zoek naar het addertje onder het gras.

Maar er was ook iets bij me geraakt waardoor ik het niet los kon laten en het constant weer in mijn hoofd bleef rondzingen. Dus uiteindelijk heb ik toch besloten om deze opleiding te gaan doen en er mee aan de slag te gaan, met mijzelf als kritisch proefpersoon.

En wat bleek? Tijdens de opleiding heb ik mijn vooroordelen één voor één los moeten laten, het is echt een supereenvoudige, goed toe te passen therapie met veel resultaat.

Wat het mij heeft opgeleverd?

- Veel beter slapen. Ik ben zo lang ik mij kan herinneren een slechte slaper maar nu val ik sneller in slaap en slaap dieper en beter door.
- Veel minder 'gestrest'. Ik ben normaliter nogal een stresskip, vooral als ik het erg druk heb. De afgelopen maanden waren echt superdruk, maar ik stond versteld van mijzelf hoe rustig ik daar (meestal) onder bleef.
- Een (bijna) normale bloeddruk. Ik heb al jaren last van een te hoge bloeddruk, heb ook jarenlang medicijnen hiertegen geslikt, maar die deden eigenlijk niet zo veel. Onlangs mijn bloeddruk weer eens opgemeten en ik wist niet wat me overkwam. Klopt dit wel? Nog eens meten en nog eens meten. De dagen daarna ook nog een paar keer meten en ik moest toch concluderen dat mijn bloeddruk inderdaad een flink stuk gezakt was. Zonder medicatie!

En verder: veel minder vaak en minder heftige hoofdpijn, minder gewrichtspijn, minder vermoeid, minder darmklachten. Kortom, ik voel mij veel beter dan voor mijn dagelijkse ademoefeningen!!

Waarom ik dit allemaal vertel?

Wel, ik ben nu een aantal maanden bezig met deze techniek en ben ondertussen zo overtuigd van de kracht er van dat ik deze niet meer voor mijzelf wil houden maar graag wil delen met anderen.

Deze therapie heeft al heel veel mensen verlichting gebracht bij klachten als fibromyalgie, CVS, slaapstoornissen, depressie, prikkelbare darm syndroom, hoofdpijn, hormonale klachten etc. etc.

Mensen die vaak al heel lang van alles geprobeerd hebben om hun klachten te verlichten, met wisselende resultaten. En ik ben er van overtuigd dat deze oefeningen en ademtechniek heel veel kan doen, juist bij bovengenoemde klachten!

Ben je al enthousiast of nieuwsgierig geworden door mijn verhaal en denk je nu “dat wil ik ook wel eens proberen!!” lees dan zeker bijgaand infoblad eens door en kijk of het je aanspreekt.

Voor snelle beslissers heb ik nu de volgende aanbieding:

4 sessies Epiphora voor meer energie en minder pijn

Bestaande uit:

- Een individuele intake met het vrij maken van de doorstroming in de nek en het bekken, uitleg en het aanleren van de oefeningen en de ademtechnieken.
- 3 groepsessies met nog veel meer uitleg en waarin we gezamenlijk oefenen en ervaringen kunnen uitwisselen met elkaar.

Kosten: € 120,-

Na deze 4 sessies kun je het in principe verder zelf toepassen en heb je misschien alleen nog af en toe een ondersteunende behandeling nodig.

Deze aanbieding is geldig in de maand januari en er is slechts plaats voor 4 personen! VOL=VOL!!

Dus waarom nog wachten? Gun jezelf meer gezondheid en probeer het uit! Bel of mail mij vandaag nog zodat je zeker bent van een plek!!