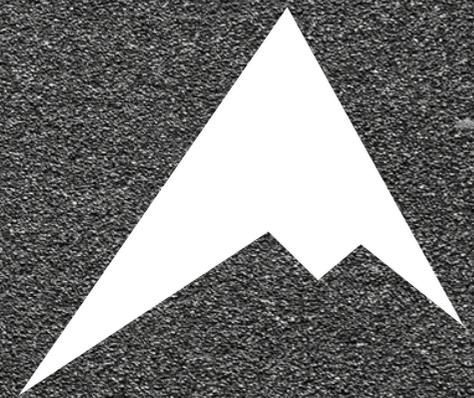




# Oxygen Advantage Instructor Ausbildung

Maximiere dein  
Potenzial



3/4 Februar 2024  
Magic Fit Dornbirn

# DEINE VORTEILE ALS ZERTIFIZIERTER OXYGEN ADVANTAGE INSTRUCTOR



## Gesundheitsförderung für dich:

Durch dein fundiertes Wissen über die Atmung kannst du deine eigene Gesundheit verbessern, indem du deine Atemmuster optimierst. Dies hilft dir, Stress zu reduzieren, deine Schlafqualität zu steigern und deine allgemeine körperliche Verfassung zu fördern.



# DEINE VORTEILE ALS ZERTIFIZIERTER OXYGEN ADVANTAGE INSTRUCTOR



## **Leistungssteigerung in deinem Sport:**

Als Oxygen Advantage Instructor kannst du nicht nur deine eigene Leistungsfähigkeit steigern, sondern auch anderen Athleten dabei helfen, ihre sportlichen Ziele zu erreichen. Durch die Optimierung der Atmung könnt ihr die Ausdauer und Leistung steigern und die Regeneration verbessern.



# DEINE VORTEILE ALS ZERTIFIZIERTER OXYGEN ADVANTAGE INSTRUCTOR



## Stressmanagement für dich:

Dein Wissen über die Atmung ermöglicht es dir, Stress und Angstzustände besser zu bewältigen. Du kannst Atemtechniken anwenden, um deinen eigenen Stresspegel zu senken und Entspannung zu fördern. Gleichzeitig kannst du anderen Menschen helfen, ähnliche Vorteile zu erzielen.



# DEINE VORTEILE ALS ZERTIFIZIERTER OXYGEN ADVANTAGE INSTRUCTOR

## Bessere Schlafqualität für dich:

Schlafprobleme betreffen viele Menschen, und auch du kannst von deinem Wissen über die Atmung profitieren. Du kannst Atemtechniken nutzen, um deine eigene Schlafqualität zu verbessern und so nachts besser zu schlafen.



# DEINE VORTEILE ALS ZERTIFIZIERTER OXYGEN ADVANTAGE INSTRUCTOR

## Berufliche Perspektiven für dich:

Die Ausbildung zum Oxygen Advantage Instructor eröffnet dir vielfältige berufliche Möglichkeiten im Gesundheits- und Fitnessbereich. Du kannst deine Fähigkeiten als persönlicher Trainer, Atemcoach oder in anderen Gesundheitsberufen nutzen und damit deinen beruflichen Horizont erweitern.

BODY | MIND | BREATH

# JETZT ANMELDEN

[www.movementportal.net](http://www.movementportal.net)

[oliver.wilfling@oxygenadvantage.com](mailto:oliver.wilfling@oxygenadvantage.com)

+43 650 421 780 7

ZWISCHEN MENTALER  
VORBEREITUNG UND  
ATEMTECHNIKEN