

# **INVINCIBLE BREATHING: DIE METHODE FÜR GEIST, KÖRPER UND SPORT**

Wissenschaftliches  
Atemtraining zur  
**Optimierung von  
Gesundheit, mentaler  
Klarheit und  
Leistungsfähigkeit** von  
PATRICK MCKEOWN.

---

***OXYGEN***  ***DVANTAGE***®  
MASTER INSTRUCTOR



# DIE KUNST UND WISSENSCHAFT DES ATMENS

Die **Oxygen Advantage Methode** ist eine Reihe einzigartiger Atemübungen, die auf optimale Gesundheit und sportliche Leistung abzielen. Die Übungen basieren auf zwei zentralen Säulen: **funktionales Atmen und die Simulation von Höhentraining.**

---



# DIE KUNST UND WISSENSCHAFT DES ATMENS

Diese Ausbildung richtet sich an dich, wenn du die **Atmung als Schlüssel zu Wohlbefinden** und Vitalität **für dich** entdecken und **an andere weitergeben** möchtest.

---



# DIE KUNST UND WISSENSCHAFT DES ATMENS

Atmen ist mehr als ein einfacher Reflex – es ist die **Verbindung** zwischen deinem **Körper** und deinem **Geist**. In der **Atemcoach-Ausbildung** nach der **Oxygen Advantage** Methode lernst du, die jahrtausendealte Kunst bewusster Atmung mit den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zu verbinden.

---



# DIE KUNST UND WISSENSCHAFT DES ATMENS

Du wirst selbst erleben, wie die **richtige Atmung deinen Alltag verändert**, und lernst, diese transformative Kraft an andere weiterzugeben – sei es im **Coaching**, **im Sport**, in der **Gesundheitsförderung** oder einfach für dein **persönliches Wachstum**.



# OXYGEN ADVANTAGE INSTRUCTOR AUSBILDUNG

**Datum:** 26 - 27 April 2025

**Ort:** Magic Fit - Dornbirn

**Anmeldung:** Link in BIO

**Kontakt:** [movementportal.info@gmail.com](mailto:movementportal.info@gmail.com)  
+436504217807

**OXYGEN  DVANTAGE<sup>®</sup>**  
**MASTER INSTRUCTOR**

