

# Atemgymnastik vitaswiss Verband

Die vitaswiss Atemgymnastik®

ist ein ganzheitliches Gesundheitsprogramm, basierend auf den vier Säulen:

- Atemschulung
- Körperhaltung und Bewegung
- gesunde Ernährung
- schöpferisches Denken und Handeln.

[Atemgymnastik 4, Breitenbach | vitaswiss Verband](#)