Kompetente Ratgeber von Inka Jochum

Das individuell anpassbare Aufbauprogramm der erfahrenen Körpertherapeutin für ein verbessertes Körpergefühl und mehr Flexibilität.

ISBN 978-3-485-01090-0
9,95 € D · 10,25 € A · 18,90 CHF*

Der Bestseller von Inka Jochum: Aktivieren Sie mit Stillem Qi Gong Ihre Lebensenergie – dann ist Müdigkeit kein Thema mehr.

ISBN 978-3-485-00896-0
9,95 € D · 10,25 € A · 18,90 CHF*
Das Hörbuch:
ISBN 978-3-7844-4099-6
12,90 € D · 12,90 € A · 25,90 CHF*

Effektives 15-Minuten-Programm, das Rückenprobleme dauerhaft beseitigt. Es löst nicht nur Verspannungen, sondern hilft selbst bei Bandscheibenvorfällen.

ISBN 978-3-485-00857-0
9,95 € D · 10,25 € A · 18,90 CHF*

Vitalisieren Sie Ihren Körper und lösen Sie Ihre Energieblockaden mit den 5 Hauptübungen des Stillen Qi Gong nach Meister Li Zhi-Chang.

ISBN 978-3-485-01048-1
9,95 € D · 10,25 € A · 18,90 CHF*
Das Hörbuch:
ISBN 978-3-7844-4100-9
12,90 € D · 12,90 € A · 25,90 CHF*

Ob am Arbeitsplatz, zu Hause oder unterwegs: Diese leicht nachvollziehbaren Übungen und Ratschläge helfen wirkungsvoll dank einer einzigartigen Verbindung aus Yoga, Atemtherapie und Qi Gong.

ISBN 978-3-485-01158-7
9,95 € D · 10,25 € A · 18,90 CHF*

Eine neue, erfolgreiche Methode: Mit Augen-Qi-Gong mangelnde Sehkraft verbessern. Mit vielen Tipps und Augenübungen für zwischendurch.

ISBN 978-3-485-00925-6
9,95 € D · 10,25 € A · 18,90 CHF*

nymphenburger
www.nymphenburger-verlag.de

* alle Preise in CHF sind unverbindliche Preisempfehlungen

Inka Jochum, Lehrerin und Therapeutin für Atemtherapie, Yoga und Qi-Gong
Pschorrstraße 21,
82319 Feldafing a. Starnberger See,
Tel.: 0049 - 81 57 99 80 99,
Email: info@inka-jochum.de,
www.inka-jochum.de,
skype: inka.jochum