



Inka Jochum

Lehrerin, Therapeutin und Autorin für Atem, Qi-Gong und Yoga
Gründerin der DANA e. V.



Gesellschaft zur Erhaltung tibetischer Kultur und Medizin

Neu in Schliersee-Neuhaus ▪ Stolzenbergstr. 9
info@inka-jochum.de

Tel. 08026.9291400 oder Mob. 0172.5456222

Siehe auch: www.inka-jochum.de

Unterricht Einzel oder in der Gruppe.



Atemtherapie 90 Minuten

Stilles Qi-Gong 90 Minuten

Yoga 90 Minuten

Energiemassage 60 - 90 Minuten
aus Atem-TCM-Ayurveda und tibetischer Medizin

IntensivCoaching 3 Stunden
*Individuelle Atemtherapie, Wirbelsäulen-Aufrichtung,
Diagnose und 5 individuelle Übungen für zuhause.*

Tagesseminare, Wochenseminare, Heilfastenwochen
Seminarreisen nach Kreta, Nordindien-Ladakh und Sylt

Lachen ist die beste Atemübung

**mehr Beweglichkeit
und Gleichgewicht**

**körperliche &
geistige Entspannung**

**mehr Energie
& Kraft spüren**

**Bewegungsschwung &
Lebensfreude**

**innere Ruhe &
Ausgeglichenheit**

**heitere
Gelassenheit**



www.inka-jochum.de