

Meine Lieblingsbücher seit 2020 in Verbindung mit der Atmung, die ich gelesen habe

- Erfolgsfaktor Sauerstoff
Patrick Mc Keown
ISBN Print 978-3-7423-0468-1
Preis: 19,99 €
- Die Wim Hof Methode
Wim Hof
ISBN Print 978-3-7787-9308-4
Preis: 18,00 €
- Breath
James Nestor
ISBN Print 978-3-492-05851-3
Preis: 22,00 €
- Atmen
Jessica Braun
ISBN Print 978-3-442-14263-7
Preis: 12,00 €
- Die Kraft strahlender Gesundheit
Nobuo Shioya
ISBN Print 978-3-442-21743-4
Preis: 10,00 €
- Der Jungbrunnen des Dr. Shioya
Nobuo Shioya
ISBN Print 978-3-936862-91-1
Preis: 9,95 €
- Die Buteyko Methode
Ralph Skuban
Print: 978-3-86191-120-3
Preis: 20,95 €
- Die geheime Kraft der Atmung
Stig Åvall Severinsen
<https://www.breatheology.com>
Habe dieses Buch in Deutsch noch kostenlos als PDF downloaden können

Teil 2 , meiner Bücherliste

- In die Tiefe
Anna von Boetticher
ISBN Print 9783864930706
Preis: 16,00 €
- Angst, Stress und Panik wegatmen
Patrick Mc Keown
ISBN Print 978-3-7423-1098-9
Preis: 14,99 €
- 3 . 6 . 5
Der Atem - Code
David O'Hare
ISBN Print 978-3-95803-284-2
Preis: 15,00 €

Bücher die ich noch lesen werde:

- COPD: Atemtechnik & Atemhilfe
Roland Bruck
ISBN Print 979-8355105006
Preis: 9,95 €
- Neustart für die Lunge
Martin Ehlers
ISBN Print 978-3742319067
Preis: 20,00 €
- Yoga, die Geheimnisse liegen in der reduzierten Atmung
Dr. Artour Rakhimov und [Volker Schmitz](#)
ISBN Print 978-1726684989
Preis: 18,99 €
- Leben ohne Asthma: Die Buteyko Methode
[Andrey Novozhilov](#) (Autor), [Victor Lunn-Rockliffe](#) (Illustrator)
ISBN Print 978-3944887470
Preis: 12,90 €

- Teil 3 und zugleich auch das Ende
- Neuronale Heilung: Mit einfachen Übungen den Vagusnerv aktivieren

Lars Lienhard, Ulla Schmid-Fetzer , Dr. Eric Cobb

ISBN Print 978-3742311344

Preis: 24,99 €

- Training beginnt im Gehirn:

Lars Lienhard

ISBN Print 978-3742307620

Preis: 24,99 €

Eine Empfehlung noch:

<https://patienten-universitaet.de/>

unter Bildungsangeboten ist zu finden:

Die INSEA- Selbstmanagementkurse und KundiG-Kurse

beide sind kostenlos auch online buchbar.