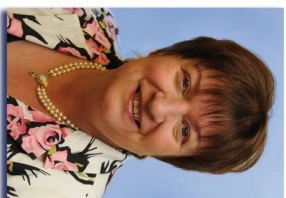


## Leitung:

Maria Holl  
Dipl. Sozialarbeiterin/  
Sozialpädagogin  
Heilpraktikerin  
(Psychotherapie)

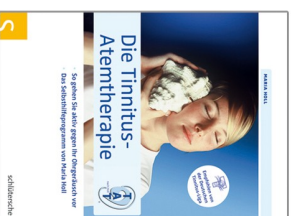


Das Tinnitus-Atemtherapie nach Holl® wurde 1995 von Maria Holl entwickelt.

Sie leitet seitdem Kurse zur Prävention von Tinnitus, Hörsturz und Schwindel und bildet auch TAT-Trainer aus.

Für die Kursteilnehmer ist es leicht, die Übungen in ihren Alltag zu integrieren. So werden die ersten Erfolge in kurzer Zeit erreicht.

Praxis Maria Holl  
Klemensstraße 3  
52074 Aachen  
DEUTSCHLAND



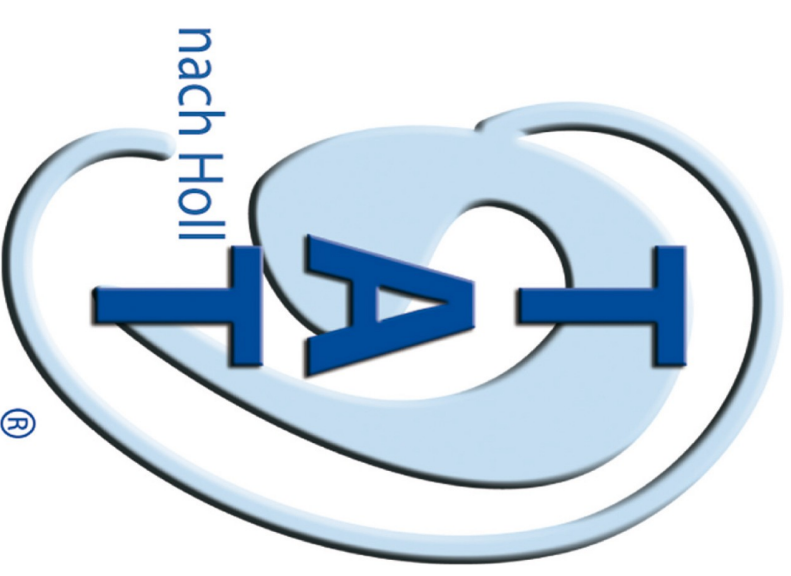
Die Tinnitus-Atemtherapie  
von Maria Holl

Broschiert: 144 Seiten  
Verlag: Schöningh (7. Januar 2011)  
Sprache: Deutsch  
ISBN: 978-3-89-993567-7  
CHF 20,95 [CH]

Tinnitus lindern Audio CD  
von Maria Holl



Verlag: Holl  
Sprache: Deutsch  
ISBN: 978-3-00-025175-7  
CHF 18,95 [CH]



## Wochenendkurs

### Tinnitus-Atemtherapie nach Holl®

- 1. Wochenende:**  
Samstag, den 10.03.2012 von 10:00 – 18:00 Uhr  
Sonntag, den 11.03.2012 von 10:00 – 17:00 Uhr
- 2. Wochenende:**  
Samstag, den 05.05.2012 von 10:00 – 18:00 Uhr  
Sonntag, den 06.05.2012 von 10:00 – 17:00 Uhr

# Tinnitus-Atemtherapie nach Holl®

Tinnitus, Hörsturz und Schwindel sind Symptome, die u.a. auf einen zu hohen Stresspegel im Leben der Betroffenen hinweisen.

In der Tinnitus-Atemtherapie nach Holl® erlernen die Teilnehmer Strategien für den Umgang mit Stress und dessen Bewältigung. Außerdem erlernen sie wohl dosierte regenerative Entspannungs-, Bewegungs- und Atemübungen aus der westlichen und östlichen Gesundheitslehre.

Die einfachen, sehr effizienten Übungen führen zur Vermeidung der tinnitusbegleitenden Symptome wie Stimmungsschwankungen, Ängste und Rückzug aus dem Arbeits- und Privatleben. Sie stärken die Persönlichkeit und erhöhen das Selbstbewusstsein. Die Tinnitus-Atemtherapie nach Holl® versetzt Sie in die Lage, die Intensität der Symptome zu beeinflussen.



Die TAT nach Holl® wurde 2011 von der Universität Regensburg wissenschaftlich untersucht. Dabei zeigte sich bei den mit TAT behandelten Patienten im Vergleich zu einer Wartelistenkontrollgruppe eine signifikante Verminderung der Tinnitusbelastung. Die Studie ist zur Publikation in einer internationalen wissenschaftlichen Zeitschrift eingereicht.

## Zweitelliger Kurs unter der Leitung von Maria Holl

1. Teil: Samstag, den 10.03.2012 von 10:00 – 18:00 Uhr  
Sonntag, den 11.03.2012 von 10:00 – 17:00 Uhr  
Pause jeweils von 13:00 – 15:00 Uhr

2. Teil: Samstag, den 05.05.2012 von 10:00 – 18:00 Uhr  
Sonntag, den 06.05.2012 von 10:00 – 17:00 Uhr  
Pause jeweils von 13:00 – 15:00 Uhr

Die Kurskosten für Teilnehmer betragen CHF 660  
2 Wochenenden, ohne Verpflegung und Unterkunft

**Anmeldeschluss ist der 20.02.2012**

### Veranstaltungsort:

Restaurant Neubühl (Glebeisaal)  
Winterthurerstrasse 175 • 8057 Zürich

### Anmeldung und Informationen:

Sekretariat Schweizerische Gesellschaft für  
Bioenergetische Analyse und Therapie (SGBAT)  
Dorfstrasse 12f • 8902 Urdorf  
Frau Anita Tan • Tel.: 043 455 91 53 (Montagvormittag)  
sekretariat@sgbat.ch

Praxis Maria Holl • Klemensstraße 3  
52074 Aachen • Deutschland  
Tel.: +49 - 241 - 51 38 50  
Sprechstunde: Di. bis Do. von 9.00 bis 12.30  
www.maria-holl.de • info@maria-holl.de

### Bankverbindung für Teilnehmer aus Deutschland:

Kurskosten: siehe aktuellen Wechselkurs  
Sparkasse Aachen • BLZ 390 500 00  
Kontonummer: 4 032 926 • Kontoinhaber: Maria Holl  
Verwendungszweck: TAT-Kurs CH 1003-12

### Bankverbindung für Teilnehmer aus der Schweiz:

Sparkasse Aachen • BIC-Code: AACSD33  
IBAN: DE3039050000926352857  
Kontoinhaber: Maria Holl  
Verwendungszweck: TAT-Kurs CH 1003-12

**Rücktritt:**  
Bei Abmeldung innerhalb von 14 Tagen vor Kursbeginn werden die gesamten Kurskosten fällig, bei Abmeldungen bis zu 14 Tagen vor Kursbeginn wird eine Gebühr von CHF 50 einbehalten

Bitte abtrennen

### Anmeldeformular Schweiz

Nur Teilnehmer mit schriftlicher Anmeldung und Überweisung von CHF 660 an Maria Holl, Sparkasse Aachen BIC-Code: AACSD33, IBAN: DE3039050000926352857 können für den Kurs berücksichtigt werden.

### Anmeldeformular Deutschland

Nur Teilnehmer mit schriftlicher Anmeldung und Überweisung von ..... € (siehe aktuellen Wechselkurs) an Maria Holl Sparkasse Aachen 40 32 926 BLZ: 390 500 00, können für den Kurs berücksichtigt werden.

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Kurs Tinnitus-Atemtherapie Kurs-Nr. **CH 1003-12** an.

Name:.....

Straße:.....

Ort:.....

Land:.....

Tel.:.....

Mail:.....

Newsletter: JA [ ]

Bei Abmeldungen innerhalb von 14 Tagen vor Kursbeginn werden die gesamten Kurskosten fällig, bei Abmeldung bis zu 14 Tagen vor Kursbeginn wird eine Gebühr von CHF 50 einbehalten.

Ich übernehme die Eigenverantwortung für mich während des Kurses sowie auf der Hin- und Rückreise und stelle die Kursleitung von jeglichen Haftungsansprüchen frei.

Datum

Unterschrift