



TAGESWORKSHOP

Ob jung oder alt, Eisbaden und Atemfitness begeistert alle! Viele kommen hauptsächlich wegen des Eisbadens und gehen überrascht von der tiefen Atemsession umso mehr beeindruckt nach Hause. Manche reisen von weit her an und kommen sogar mehrfach, denn die Inhalte variieren und jeder Workshop ist anders. Die Tagesworkshops sind häufig rasch ausgebucht, daher lieber nicht zu lange warten! Wer möchte, kann auch nur Atemfitness ohne Eisbad buchen.
shop.fetzysworld.com



TRAINER AUSBILDUNG

Die Atemfitness® Trainer Ausbildung ist mehr als nur eine Weiterbildung; sie ist eine Chance, von einem der Besten in diesem Bereich zu lernen. Breathwork ist sozusagen „das neue Yoga“ – eine Gelegenheit, am Puls der Zeit zu bleiben. Ob du deine persönliche Praxis vertiefen oder dein berufliches Portfolio erweitern möchtest, diese Ausbildung bietet dir eine unbezahlbare Selbsterfahrung und die Werkzeuge, um dich auf ein neues Level zu heben.



KOSTENLOSE AUDIOS

Tägliche Atemroutine leicht gemacht! Die Kraft der Atmung entfaltet sich am besten in einer regelmäßigen Praxis. Damit du leichter dranbleibst, stellt Fetzy über 50 geführte Audios kostenlos in der Kajabi App bereit. Die Sessions führen durch kraftvolle Themen wie Selbstliebe, Zielsetzung oder Metta-Meditation. Untermalt mit kraftvoller Musik wird jede Einheit zum Kurzurlaub hoch fünf. Mehr als 5.000 Stammhörer:innen sind schon dabei – vielleicht bald auch du?



VORTRÄGE

Mach dich bereit für eine geballte Ladung Inspiration, Energie und Wissen! Lass dich von Fetzys charmanter und kompetenter Art bei seinen Impulsvorträgen mitreißen. Ob bei Kongressen, Gesundheitstagen oder Festivals: Fetzy ist buchbar für Events. Was seine Auftritte besonders macht, ist seine Leidenschaft, die er in alles steckt, was er tut - und dabei bleibt er immer authentisch, sympathisch und zugänglich.



RETREATS

Beim mehrtägigen Retreat im Luxus-Bergchalet vertiefen wir Atemwissen und Praxis mit alten Praktiken, neuen Routinen und genialen Eisbadespots mit kristallklarem und türkis-farbenem Wasser. Neuronale Trampelpfade werden zu Autobahnen, begleitet von Bergpanorama und einer Portion Wellness, Spaß und Urlaubsfeeling. Gönn dir Zeit für dich zum Entschleunigen, den Fokus nach innen zu richten und wieder zu entdecken, was wirklich wichtig ist. shop.fetzysworld.com



ATEMFITNESS IN SCHULEN

Atemtraining in Schulen und Kindergärten - die beste Förderung für unseren Nachwuchs! In einer kompakten Einheit werden die wichtigsten Atemtechniken vermittelt um die Lernfähigkeit, Konzentration, Kreativität und den Energiehaushalt zu steigern und Prüfungsängste zu reduzieren. Diese Methoden sind wissenschaftlich belegt! Abschließend bekommt jede:r ein Atemskript. Vom Kindergarten bis zur HTL sind alle begeistert, wenn Fetzy die Kinder inspiriert!



ONLINE KURS

Meist ist die Zeit bei Vorträgen zu kurz um die ganze Vielfalt der Atmung zu beleuchten. In Fetzys „Doktorarbeit“, dem 7-stündigen Onlinekurs, lernst du die faszinierende Welt der Atmung in ihrer Tiefe kennen. Mit starken Bildern und viel Herz erklärt Fetzy komplexe Inhalte klar und verständlich. Entdecke, wie Atemfitness dein Leben verändern kann! Und falls du Trainer:in wirst: der Kurspreis wird angerechnet: how2wake.com/onlinekurs



TEAMBUILDING

Dein persönlicher Fetzy-Workshop. Ob als besondere Geburtstagsfeier, Mitarbeitervorsorge oder Auszeit im Seminarhotel oder Garten-Biotop – ja, es ist möglich! Ein Highlight, das in Erinnerung bleibt: Fetzy zeigt, wie man Ängste überwindet, Stress reguliert und die eigene Kraft entfaltet. Was alleine Überwindung kostet, wird in der Gruppe zum Abenteuer – und schweiß richtig zusammen.



WENN DER KÖRPER LAUT WIRD

CHRONISCHE SCHMERZEN BESEITIGEN
Schmerzen, Erschöpfung, unerklärliche Symptome – aber niemand findet etwas oder nichts hilft wirklich langfristig. Vielleicht fühlst du dich ratlos, ohnmächtig, manchmal sogar ein bisschen verrückt? Ich habe diesen Weg selbst erlebt. Heute begleite ich andere Menschen mit Fachwissen, Gefühl und dem Vertrauen, dass echte Heilung möglich ist.

COACHING - VORTRÄGE - WORKSHOPS
zum Mindbody-Syndrome (TMS)
binefetz.com/tms

ALLES ZU DEINER ZEIT!

AYURVEDA BERATUNG UND MASSAGEN

Finde deine Balance mit dem Jahrtausende alten indischen Medizinsystem, das mit seinem breiten "Wissen vom Leben" auch präventiv dafür sorgt, dein bestes Selbst zu sein und bleiben zu können.

LEBENS- & SOZIALBERATUNG

Du musst nicht alleine durch! In herausfordernden Zeiten oder bei Veränderungen ist es oft leichter, den Überblick zu behalten, wenn man die passende Unterstützung bekommt, um nicht die Bodenhaftung zu verlieren.

SABINE FETZ

Zert. Psychologische Beraterin & Coach
Zert. Ayurveda Praktikerin & -Masseurin
Zert. Mindbody Syndrome Praktikerin
Zert. Nuad Thai Praktikerin
Zert. Yoga Lehrerin
+43(0)660 9060960
info@binefetz.com - www.binefetz.com



ATEMFITNESS AM BERG



Was gibt es Schöneres, als eine Atemfitness® nach Fetz Session inmitten der Natur, hoch oben am Berg, begleitet von einer kleinen Wanderung? Gerade in Österreich, wo wir von atemberaubender Berglandschaft umgeben sind, spürt man: Es macht einen riesigen Unterschied, wo man atmet! Die frische Bergluft, das Panorama und die besondere Energie des Ortes verstärken die Wirkung enorm. Ein jährliches Highlight! Oft mit der Möglichkeit, danach noch ins Eisbad zu gehen.

STAMMTISCH ABENDE



Damit man auch nach dem Workshop dranbleiben kann, gibt es den Atemfitness Stammtisch. Atmen, Austausch, Dranbleiben und verschiedenen Atemtechniken austesten. In gewohnter Manier führt dich unser Atem-Häuptling durch den Körper, deine Zellen und auch ins Unterbewusstsein und räumt dort ein bisschen auf. :) Buchbar unter shop.fetzysworld.com

FETZY



Daniel Fetz wird bei öffentlichen Veranstaltungen meistens als Wakeboardlegende (mehrfacher Welt- & Europameister) und "Kälte-Guru" vorgestellt und das stimmt vermutlich auch. Doch damit nicht genug: Er ist auch ein Vorreiter im Bereich Atemtraining und Eisbaden. Mit seiner Atemfitness® nach Fetz Trainer Ausbildung, seinen Workshops und Retreats hat er bereits mehr als 10.000 Menschen unterrichtet. Wer ihn kennt, weiß: Fetz ist ein echtes Unikat, das man einfach erlebt haben muss! Familienmensch, Naturbursche und Impulsgeber. Für Anfragen meld dich doch gleich direkt bei ihm unter +43 650 90 60 996 oder info@fetzysworld.com

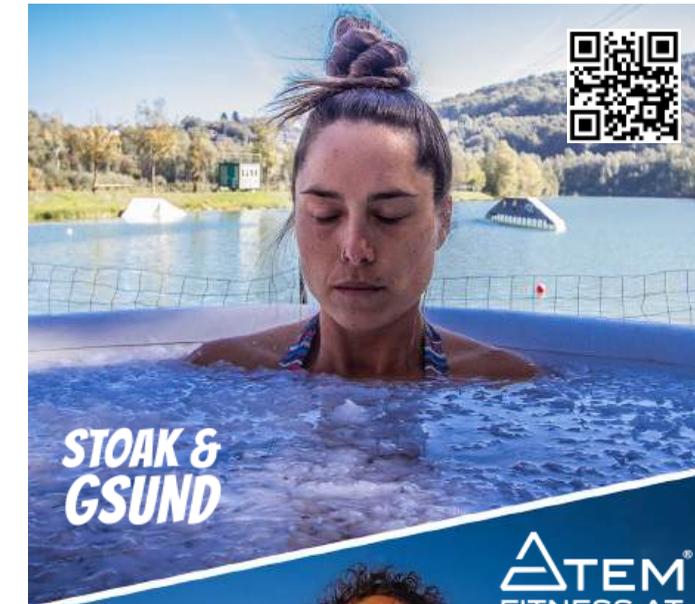
Google
Rezension ★★★★★



Über 400 Google Bewertungen mit einem Durchschnitt von 5.0 sprechen für sich. Mach dir einen Eindruck davon, was dich erwarten wird, wie: "Eine der besten Erfahrungen die ich je machen durfte!", "Krasse Fachkompetenz und ausgefeilte Methodik trifft auf mega Motivationsskills und super authentischen Gastgeber." Solches Feedback ist für uns die schönste Bezahlung, größte Belohnung und unser Antrieb, weiterzumachen.

EISBADEN.AT

WORKSHOPS & RETREATS



BIOHACKING & SUPERPOWER

ATEMFITNESS.AT