

Entdecke den Atem als die Quelle deiner Kraft – finde den Zugang zu deinem Inneren

Atemseminar 13.-14.April 2024 in Chemnitz

Seit Jahrtausenden ist rund um den Erdball bekannt, dass der Atem unseren Körper mit der Seele und unserer Gefühlswelt verbindet. Nicht umsonst heißt es, dass der Atemfluss unsere Seele widerspiegelt.

Das verbundene Atmen ist eine sehr einfache aber wirkungsvolle Atemtechnik.

Sie hilft uns, Erfahrungen aus der Vergangenheit, die uns immer wieder hindern unser volles Potential zu entfalten, aufzulösen, uns den Umgang mit Stress viel leichter zu machen und den natürlichen Atemrhythmus wieder herzustellen. Durch das Bewusstmachen von unbewussten Abläufen, die unser Leben bestimmen und das Auflösen von alten Mustern und Konflikten, kommst du dir selbst auf die Spur und es wird möglich, viel besser in dein volles Potential zu kommen und dein Leben zur Entfaltung zu bringen.

Nutze das Wochenendseminar um tiefer in das Thema verbundenes oder bewusstes Atmen einzusteigen. An diesem Wochenende erhältst du tiefere Einsichten in die grundsätzlichen Aspekte des Atmens.

Wer bin ich eigentlich? Was treibt mich an und was macht das mit mir?
Und was hat das Ganze mit meinem Atem zu tun?

Begleitete Atemsitzungen helfen dir ins Fühlen zu kommen und die Prozesse nicht nur mit dem Verstand zu erfassen.

Mit dem Erlernen der Technik des „verbundenen Atmens“ steht dir ein effizientes Werkzeug zur Verfügung.

Damit kannst du dich immer wieder zentrieren und liebevoll deinen eigenen Wandlungsprozess begleiten.

Veranstaltungsort:

Konzepthaus JAHNSTRASSE 23,
09126 Chemnitz

Beitrag: 190 € (incl. Verpflegung)

Datum: 13.-14.April 2024

Veranstalter: Gutes Leben e.V.

Seminarzeiten:

Samstag 10.00 Uhr – 19.00 Uhr
Sonntag 10.00 Uhr – 15.00 Uhr

Anmeldung:

Tel: 0171/515 74 98

E-Mail: kontakt@essenceforlife.de



Seminarleitung:

Micha Mauersberger

Zertifizierter Atemtrainer (Rebirther)
und Dialogprozessbegleiter

www.essenceforlife.de