

ANMELDESCHLUSS: 07. 04. 2016

für alle Wochenenden !!!

Berücksichtigung nach Eingang
der Anmeldung, auch bei der
Zimmerwahl.

Kursgebühr: 140,- €

Übernachtung + HP oder VP
ab 33,- - 61,- €

MITBRINGEN: Bequeme Kleidung,
warme Socken, Ermäßigung bei
eigener Bettwäsche 7,-€.

ORT:

Abtei Maria Frieden,
Kirchsletten Nr. 30
96 199 Zapfendorf

Anfahrt auf der A 73 zwischen Bamberg
und Coburg, Ausfahrt Zapfendorf, 3km bis
Kirchsletten, die Abtei ist ausgeschildert.

Zugreisende bis Zapfendorf, im Kloster
Bescheid geben !! **Rechtzeitig!**

ATEMINSTITUT SUSANNE SORGENFREI

ARBEIT MIT DEM ERFAHRBAREN ATEM
NACH PROF. ILSE MIDDENDORF

EINZELBEHANDLUNGEN
FORTBILDUNG UND AUSBILDUNG
GRUPPENARBEIT

INTENSIV-WOCHENENDE

Freiheit

freitassen

fließentlassen

im Erfahrbaren Atem

Zur Auswahl:

I 24. - 26. Juni

II 08. - 10. Juli

III 30.09. - 02. Oktober

IV 14. - 16. Oktober

GUTE FAHRT!!!



Kirchsletten

2016

FREIHEIT

freilassen

fließenlassen

An diesem Wochenende wollen wir, selbst-verständlich getragen von unserem Atem, diesem großen Wort *F r e i h e i t* im ganz persönlichen Erleben nahe kommen.

Weit hinausgehend über das rationale Gliedern und oft ja auch Zergliedern unserer Welt *b e t r a c h t u n g* können wir unser Welt *e r l e b e n* erst wirklich spürend wahrnehmen.

Das macht die ganz andersartige und einzigartige Erfahrung im Fließenlassen des Atems möglich.

Freiheit muss nicht immer chaotisches Durcheinander heißen, es kann ja durchaus auch Freiheit hin zu geordneten Strukturen geben.

Immer wieder geht es auch um die Selbstverantwortung, gepaart mit dem Frei-Raum , den wir uns geben und den wir nutzen können, das bedeutet Freiheit von... und Freiheit zu... .

Die Vielfalt der Atemübungen, auch die Erfahrung der Vokalatemräume, wird uns aus Leib und Seele den Zufluss für unsere Person spüren lassen.

Das Freilassen des Atemstroms bietet uns die Chance, uns von unserer MITTE her leiten zu lassen und dabei sicher unerwartete und erstaunliche Entdeckungen zu machen.

In Vorfreude auf dieses besondere Thema lade ich herzlich ein,

Susanne Berger-Freier