

ANMELDESCHLUSS: 15. 04. 2018

für alle Wochenenden !!!

Berücksichtigung nach Eingang
der Anmeldung, auch bei der
Zimmerwahl.

Kursgebühr: 140,- €

Übernachtung + HP oder VP
ab 33,- - 65,- €

MITBRINGEN: Bequeme Kleidung,
warme Socken

ORT:

Abtei Maria Frieden,

Kirchsulleten Nr. 30

96 199 Zapfendorf

Haus Edeltraud + Vortragsraum (III)

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

Zugreisende bis Zapfendorf, im Kloster
Bescheid geben !! R e c h t z e i t i g!

GUTE FAHRT!!!

ATEMINSTITUT SUSANNE SORGENFREI

ARBEIT MIT DEM ERFAHRBAREN ATEM
NACH PROF. ILSE MIDDENDORF

EINZELBEHANDLUNGEN
FORTBILDUNG UND AUSBILDUNG
GRUPPENARBEIT

INTENSIV-WOCHENENDE

KRAFT, FÜLLE



B E N
W U G
E G

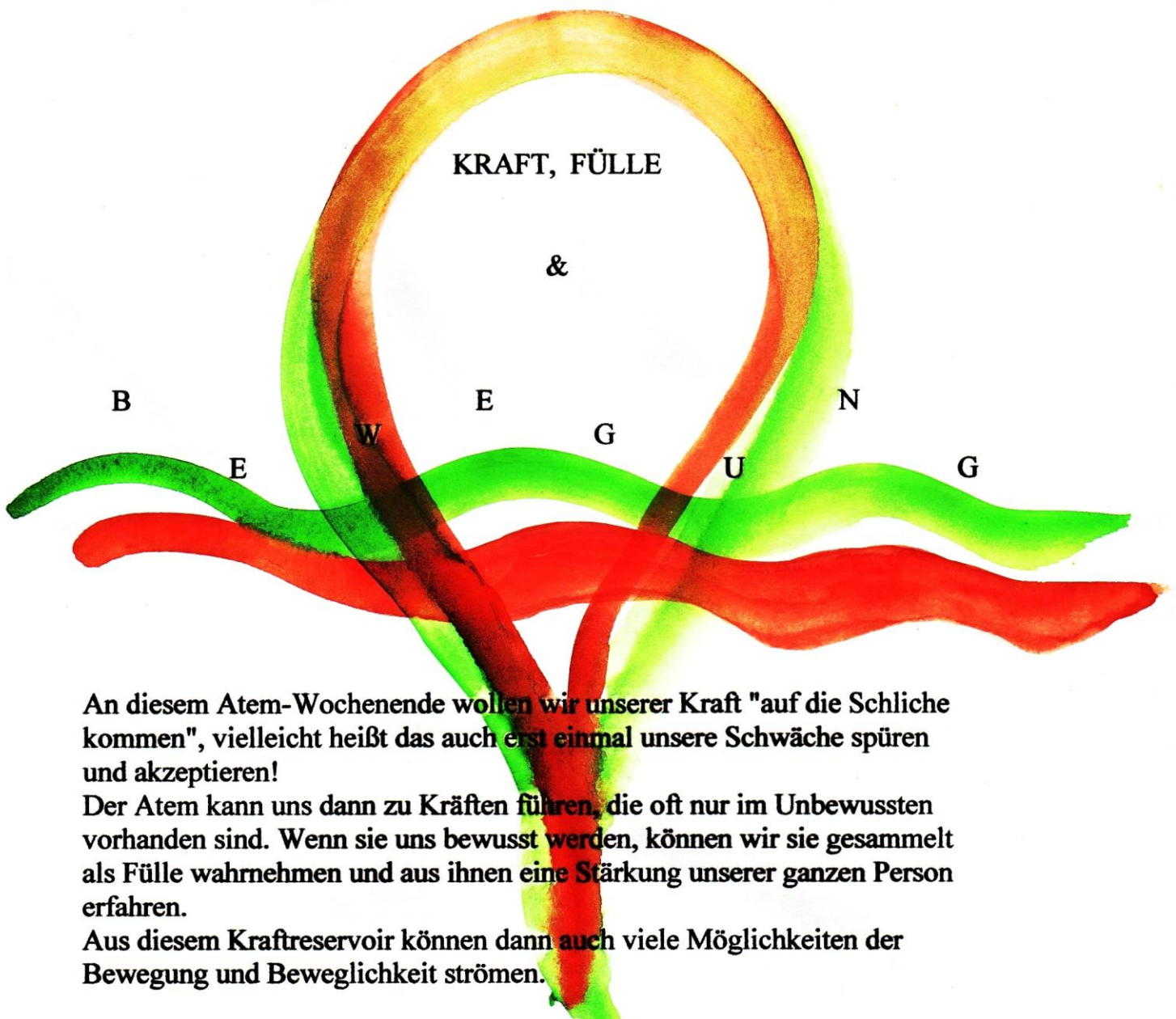
2018

Zur Auswahl:

- I 29. 06. - 01. Juli
- II 13. - 15. Juli
- III 21. - 23. September
- IV 28. - 30. September

Kirchsulleten





An diesem Atem-Wochenende wollen wir unserer Kraft "auf die Schliche kommen", vielleicht heißt das auch erst einmal unsere Schwäche spüren und akzeptieren!

Der Atem kann uns dann zu Kräften führen, die oft nur im Unbewussten vorhanden sind. Wenn sie uns bewusst werden, können wir sie gesammelt als Fülle wahrnehmen und aus ihnen eine Stärkung unserer ganzen Person erfahren.

Aus diesem Kraftreservoir können dann auch viele Möglichkeiten der Bewegung und Beweglichkeit strömen.

Die Arbeit mit dem Erfahrbaren Atem bietet eine Vielzahl an Übungs- und Lösungsweisen, lebhafte Bewegung kann mit eher meditativen Phasen der Selbst-Erfahrung abwechseln, die immer nach eigenem Maß und eigener Verträglichkeit in uns wirken.

Durch das Wachsen unseres Empfindungsbewusstseins können wir viel näher mit uns selbst körperlich und seelisch in Kontakt kommen. Unsere Atembewegung ist der tiefste Rhythmus des Lebens in uns.

In Vorfreude auf ein sicher gut von Atembewegung durchflutetes Wochenende,
mit herzlichem Gruß,

Susanne Sorgenfrei.