



Den persönlichen
Rhythmus finden und
von innen her wachsen!

Keine Vorkenntnisse nötig!
Zugangsdaten bei Anmeldung!

In Krisenzeiten oder auch im alltäglichen Stress kann es passieren, dass wir uns sehr weit von uns selbst entfernen. Wir passen uns an, ordnen uns ein und merken kaum, dass wir in einem solchen Zustand gefangen sind. Das Eigene, das Persönliche, die Freiheit man selbst zu sein fehlt. Das alles kann uns aber nie komplett abhanden kommen! Es lebt in uns fort und wartet nur darauf da sein zu dürfen.

Der eigene Atem! Der eigene Weg!

Einstieg und Vertiefung der
Atemarbeit

Weißgasse 33/1/1 oder via ZOOM

Freitag 5. März | 18:00 bis 20:30

bis

Samstag 6. März | 10:00 bis 13:00

Preisspanne nach eigenem Ermessen:

90 – 140 €

Im eigenen Atem wird das spürbar und der eigene Weg wieder sichtbar. Wie an einem roten Faden kann das persönliche Wachstum daran entlang schreiten, bis wir wieder vollständig und ganz ins Leben treten. Lasst uns gemeinsam auf die Suche gehen!