



# Den eigenen Rhythmus finden

Wie ich ganz ich selber sein kann

Den persönlichen Rhythmus finden und von innen her wachsen!

**Samstag 16. Sep. | 15:00 bis 18:00**

**Sonntag 17. Sep. | 10:00 bis 13:00**

**Keine Vorkenntnisse nötig!**

Atempraxis 1090  
Mariangasse 15/36

**Kosten: 95 €**

Wenn die Welt aus den Fugen zu geraten scheint, kann es passieren, dass wir uns sehr weit von uns selbst entfernen. Vor lauter Angst und Aufregung verlieren wir unseren eigenen Rhythmus als, hätten wir nie einen gehabt.

Dieser kann uns aber nie ganz abhandeln kommen! Er lebt in uns fort und wartet nur darauf da sein zu dürfen.

Im eigenen Atem wird das spürbar und der eigene Rhythmus wieder spürbar. 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!