



Sabine Linneweber

Jahrgang 62, verheiratet, Mutter v. 2 Kindern
Ganzheitlich Integrative Atemtherapie, Voice Dialogue
GIA-Institut NL, Certified Breathwork Practitioner
Seit 2005 in eigener Praxis Einzel- und Gruppenarbeit

*"Der verbundene Atem ist eine Brücke
zwischen Körper und Seele."*



Atem ist Leben

Die Belebung der Chakren, der Energiezentren im Körper, ist eine ganzheitliche Methode. Sie führt einerseits zu mehr **Gelassenheit und Ruhe**, andererseits bringt sie die Lebensenergie ins Fließen. Das Interesse an der Chakra-Arbeit hat in den letzten Jahren extrem zugenommen und findet mehr Beachtung denn je. Das erklärt sich durch die positive Wirkungsweise auf Körper, Geist und Seele.

In diesem Seminar werden die einzelnen Energiezentren bewusst betrachtet und ‚beatmet‘. Weitere Inhalte:

- Atemarbeit
- Meditation
- Dynamische Meditationen
- Achtsamkeit
- Baummeditation
- Übungen in der Natur



Veranstaltungsort

Bergisches Land
Seminarhaus Lebensbaum
www.seminarhaus-lebensbaum.de

Termin

9. bis 11. März 2018

Seminarkosten

200 Euro / 175 Euro bei
Anmeldung bis 31.12.17
Zuzüglich Kosten für Unterkunft
und Verpflegung (ca. 75 Euro p/T)

Anmeldung und Information

www.atemtherapie-essen.de
info@atemtherapie-essen.de
Tel: 0157 - 394 266 50