

**Integratives Atmen -
individuelle Heilung mit sich selbst!**



*Weshalb empfehlen wir
Kaltwassererfahrungen?*

- *Achtsame Wertschätzung des Körpers*
- *Erlebnisse von Verbundenheit und Einheit*
- *Körpererinnerungen aktivieren und führen zu Heilungsprozessen*
- *Schattenintegration*
- *Gedachte Grenzen überschreiten!*
- *Den Körper meistern*

"Mut ist nicht die Abwesenheit von Angst, sondern die Erkenntnis und Wahrnehmung, dass Etwas anderes wichtiger ist als die Angst."

Die Mutigen leben vielleicht nicht ewig, die Vorsichtigen (er-)leben sich jedoch selten.

**Integratives Atmen -
individuelle Heilung mit sich selbst!**

Veranstaltungsort:

**Zentrum für
Integratives Atmen & Reiki
Thrasoltstr. 8
10585 Berlin**

Tel.: 030 – 364 089 40

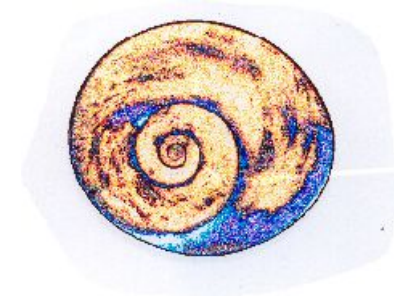
Fax: 030 – 7 86 70 64

E-Mail: info@integratives-atmen-berlin.de

Url: www.integratives-Atmen-berlin.de



**Integratives Atmen -
individuelle Heilung mit sich selbst!**



**Rebirthing /
Breathwork**

**„Seinserfahrungen –
Grenzen überwinden“**

**Atem-Intensiv-Seminar
(Kaltwasser-Training)
in Berlin**

28. – 31. März 2019

**oder
17. – 20. Oktober**

**mit Bernd Schröder
&
Birgit-Angela Blasche**

Integratives Atmen - individuelle Heilung mit sich selbst!

Rebirthing / Integratives Atm:

Rebirthing/Integratives Atmen ist eine sehr **sanfte und tief gehende ATEM-Erfahrung**, die zellulär wirkt und unsere Essenz aktivieren und stärken kann.

Der Atem ist herzbildend!

Bewusstes Atmen wirkt immer gleichzeitig auf der körperlichen, geistigen und herzlichen Ebene. Mit jedem bewussten Atemzug erneuert sich die Verbindung zwischen Körper und Geist und energetisiert das Herz. Der Atem wird zum Mittler und führt zur Transformation, in dem er die Ursprünglichkeit der Lebensfreude hervorruft und durch kontinuierliches Training werden Integrationen ermöglicht.

*„Ich widme mich diesen Inhalten,
da ich von der Wirkung und der
damit verbundenen Ausstrahlung
von Herzenergie immer wieder
begeistert bin.“*

Bernd Schröder

Das Kalt-Wasser-Training:

Körper, Geist & Herz ohne Schmerz?

Kaltwasser-Erfahrungen sind für jeden Menschen wichtig und wesentlich auch für die Herausforderungen im beruflichen wie privaten

www.Integratives-Atmen.net

Integratives Atmen - individuelle Heilung mit sich selbst!

Alltag. Bei den Erfahrungen im kalten Wasser geht es wie bei den Warmwasser-Erfahrungen darum, sein persönliches Energiepotenzial durch das Atmen zu erfahren und Glaubenssätze zu durchbrechen. „Was ich glaube, das ist!“ Beim „Kaltwasser“ erlebt der Mensch, sich den Gesetzmäßigkeiten der Elemente (Erde, Feuer, Wasser, Luft) zu begeben, damit der Kontakt zu sich selbst wieder stärker energetisiert wird. Durch das bewusste Atmen während einer Atemsitzung (Kaltwasser) erfährt sich der Atmende ausschließlich durch die Elemente völlig neu. Er offenbart sich völlig der Natur und erlebt ein neues Vertrauen, welches sich dann im persönlichen Alltag wieder spiegelt. Durch professionelle Begleitung ist es jedem möglich, intensive, spirituelle und transpersonale Erfahrungen zu erleben. Ähnlich wie bei einem Feuerlauf erfährt der Einzelne Phasen, die mit seinem persönlichen Lebensprozess vergleichbar sind. Nach erfolgreichem Erleben der Atemsitzung im Wasser fühlt sich der/die TeilnehmerInnen tatsächlich wie „befreit, verbunden und dankbar“. Das Vertrauen ist pur! Die Herausforderungen, sich den eigenen (unbewussten) Ängsten und somit dem oft scheinbar Unbekannten zu stellen, geben jedem Einzelnen die Möglichkeit, das Erfahrende in seinen persönlichen Alltag zu integrieren.

www.Integratives-Atmen.net

Integratives Atmen - individuelle Heilung mit sich selbst!

Preise:

398.- € (Erstteilnahme)
338.- € (TN an früheren Seminaren,
Aus- und Weiterbildungen)

Zehn professionelle Atemerkahrungen sind erwünscht, um in Einfachheit dabei zu sein.

Preise ohne Unterkunft und Halbpension!

Es kann für einen kleinen Preis im Zentrum übernachtet werden.

Freuen Sie sich auf fünf intensive Tage!

Anmeldung:

Anmeldeschluss ist jeweils 4 Wochen vor Seminarbeginn. Bei Anmeldung bitte 50 % des Teilnahmebetrages überweisen.

Bei Stornierung 4 Wochen vorher oder kürzer ist eine Rückzahlung der geleisteten Anzahlung nur dann möglich, wenn ein Ersatzteilnehmer gestellt wird.

Bernd Schröder, T.: ++4930 / 788 98 979
Birgit-A. Blasche, T.: ++4930 / 684 52 23,

Beginn: 1. Tag 12:00h
Ende: 4. Tag ca. 15:00h

Bank: Bernd Schröder, Kto-Nr.:
DE91 1005 0000 0610 2314 30,
Berliner Sparkasse, Betreff: Kaltwasser

**Unser nächster Termin ist dann wieder
im April 2020 in Berlin**

www.Integratives-Atmen.net