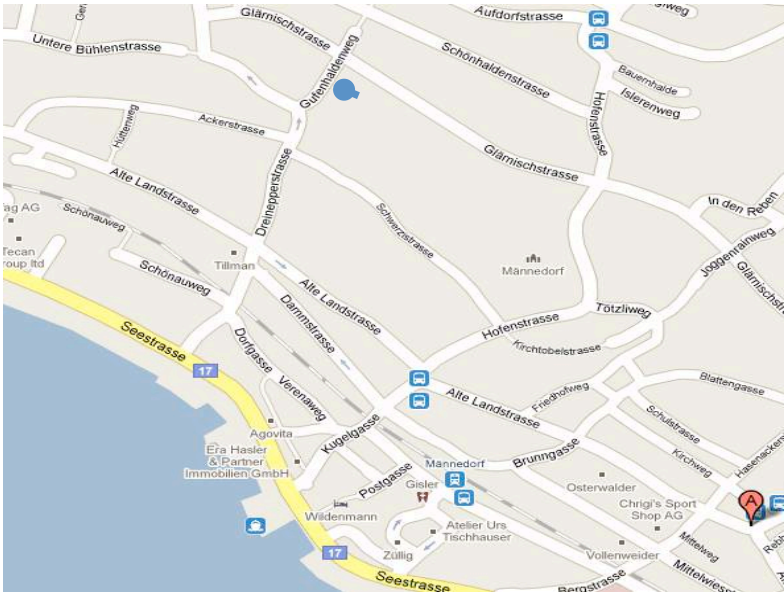


Kursort und Anfahrt:



Anmeldung:

Ich melde mich definitiv und verbindlich für den Kurs „Grundlagen der Atem - und Bewegungsarbeit“
 Samstag, 27. Januar 2018 und/oder
 Samstag, 07. April 2018 an

Name:

Vorname:

Adresse:

Telefon:

E-Mail:

Datum:

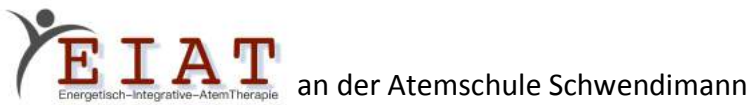
Unterschrift:

Atemschule
Ursula Schwendimann
 Gufenhaldenweg 4
 8708 Männedorf
 Telefon 044 920 28 66
atemschule@bluewin.ch
www.atemschule.ch

Grundlagen der Atem – und Bewegungsarbeit

Das höchste Gut sei die seelische Harmonie mit sich selbst
 Seneca

Jahr | 2018



ALLES WAS GUT TUT

Erfahrungstage: Grundlagen der Atem – und Bewegungsarbeit

Mit Ursula Schwendimann Atemtherapeutin für den Erfahrbaren Atem®

- Kursbeschreibung:** In diesem Kurs werden Grundlagen im Umgang mit dem unbewussten Atem vermittelt. Wir üben uns in meditativen Atem – und Bewegungsabläufen um ins Gespräch zu kommen mit den erlebten Atemreaktionen, Empfindungen und Gefühlen. Wir üben auf das zu horchen und zu vertrauen was von Innen kommt.
- Inhalt und Ziel:** Grundlagen der Meditativen Atem – und Bewegungsarbeit
Achtsamkeitstraining
Grundhaltungen
Bewegungsabläufe und Atembewusstsein
Atembewegungskohärenz trainieren und erkennen
Partnerarbeiten
Selbstwahrnehmungskompetenz erweitern und vertiefen
- Zielgruppen:** Interessierte für den EIAT – Lehrgang
Atem- und KörpertherapeutInnen wie
Menschen die sich für ihre Gesundheit interessieren
- Kursleitung:** Ursula Schwendimann, Atemtherapeutin Mitglied sbam
Eidg. Diplomierte KomplementärTherapeutin Methode Atem,
HeartMath® Certified Trainerin,
Advanced Biodynamic Cardiovascular Therapist
- Datum/Zeit:** Samstag, 27. Januar 2018 09:00 – 16:30 Uhr
Samstag, 07. April 2018 09:00 – 16:30 Uhr
- Kursgröße:** 8 - 12 Teilnehmende
- Kursart:** Weiterbildung 8 Lektionen à 45 Min.
- Kurskosten:** Fr. 210.00 inkl. Pausenverpflegung & Kaffee
- Anmeldung:** Atemschule Ursula Schwendimann
www.atemschule.ch oder atemschuel@bluewin.ch

Es gibt keine Erkenntnisse ohne die bewusste Erfahrung
und Erfahrungen brauchen Worte.
Erfahrungen ohne das erlebte Gefühl gehen verloren,-
verlieren an Nachhaltigkeit und Bestand.
Unbekannt