

Atem ist Leben  
leben ist atmen

Corina Oehrli

KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom  
Atemtherapeutin Middelndorf sbam  
Erwachsenenbildnerin SVEB1

Atemraum-Lauenen

Chämelistrasse 15  
3782 Lauenen

079 792 23 27

corina.oehrli@bluewin.ch  
www.atermraum-lauenen.ch

Agathe Löliger Ursenbacher

KomplementärTherapeutin  
mit eidg. Diplom  
Atemtherapie Middelndorf sbam  
Supervisorin OdA KT  
dipl. Hebamme HF



www.aterminstitut-schweiz.ch



atmen  
Leben

Atem ist Leben  
leben ist atmen

Corina Oehrli

KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom  
Atemtherapeutin Middelndorf sbam  
Erwachsenenbildnerin SVEB1

Atemraum-Lauenen



# Atemwoche in Lauenen

6.-10. August 2018

Bewegung & Atem draussen in der Natur  
Vertiefungssequenzen in Atem & Bewegung  
Supervision in der Gruppe

atmen  
Leben

## Atmen und Bewegen in der Lauenen im Erfahrbaren Atem® nach Prof. Ilse Middendorf

In der Lauenen, einem Ort der Ruhe und des Lichts, Kraft tanken, anwesend sein, dem Atem lauschen, sitzend, stehend oder gehend – im Raum oder in der Natur (mit oder ohne Stöcke) – bietet Ihnen die Erfahrung, Ihr Empfindungsbewusstsein für Ihre Körperspannung, die Beweglichkeit und den Atemrhythmus zu stärken und zu vertiefen. Die innere Anwesenheit und Durchlässigkeit des Atems unterstützt Ihre Lebendigkeit und Kraft.

Der Kurs richtet sich an Interessierte, die mit dem Atem arbeiten wollen

Bei den Indoor-Einheiten erforschen und vertiefen Sie in Atem- und Bewegungsübungen auf dem Hocker, stehend, gehend oder liegend Ihr Atemverhalten und erhalten im Austausch neue Anhaltspunkte und Sichtweisen in Bezug auf Ihre Empfindung, die Atembewegung und die Befindlichkeit. Ihre Ressourcen werden sichtbar und werden konkret mit Ihrem individuellen Alltag verbindbar.

In den Outdoor-Einheiten arbeiten Sie mit Atem und Bewegungsübungen im Stehen und Gehen. Dadurch regen Sie Ihre Atemkraft an und lernen diese körperunterstützend zu nutzen. Im Weiteren wecken Sie Ihre Sinne und entdecken Zusammenhänge zwischen Bewegen, Denken, Fühlen, Spüren, Sehen, Hören und Atemverhalten. Sie finden neue Ressourcen, welche Sie in ihren Alltag unterstützend integrieren können.

- Ort:** Atemraum-Lauenen und Umgebung von Lauenen  
**Daten / Zeit:** Die Atemwoche beginnt am Montag 6. August 2018 um 14.00 Uhr und endet am Freitag 10. August 2018 um 11.00 Uhr. (Kursplan s. nebenan)  
**Leitung:** Corina Oehrli, KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom, Atemtherapeutin Middendorf sbam  
**Kosten:** Fr. 450.00  
**Bestätigung:** 15 Std. methoden- und richtungsspezifische Weiterbildung (Middendorf)

## Supervision in der Gruppe

Supervision ist eine professionelle Beratung zur Qualitätssicherung der Arbeitstätigkeit. In der KomplementärTherapie beruht sie auf den Grundlagen des Berufsbildes KomplementärTherapie, erweitert sich bezogen auf die KomplementärTherapie-Methode und institutionelle Faktoren. Ebenso werden soziale und psychische Umstände miteinbezogen. Die Supervision verbessert die Qualität der beruflichen Arbeit mit Einzelpersonen und in der Gruppe. Themen und Konflikte aus dem beruflichen Alltag werden fokussiert aufgezeigt, reflektiert und besprochen.

- Ort:** Atemraum-Lauenen  
**Daten / Zeit:** 7. + 9. August 2018, jeweils 16.00-18.00 Uhr  
**Leitung:** Agathe Löliger Ursenbacher, Supervisorin Oda KT  
**Kosten:** Fr. 180.00  
**Bestätigung:** 5 Std. Supervision in der Gruppe (Oda KT anerkannt)

Die beiden Kursteile «methoden- und richtungsspezifische Weiterbildung (Middendorf)» und «Supervision» können einzeln oder als Paket mit Preisreduktion gebucht werden.

**Kosten bei Buchung beider Kursteile als Paket:** Fr. 600.00

## Voraussichtlicher Tagesplan

(wetterbedingte Änderungen möglich)

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00-11.00					
11.00-12.00					
12.00-14.00					
14.00-16.00					
16.00-18.00					
Atemraum-Lauenen		Outdoor		Supervision	

Detaillierte Infos:

[www.atermraum-lauenen.ch](http://www.atermraum-lauenen.ch)  
[www.aterminstitut-schweiz.ch](http://www.aterminstitut-schweiz.ch)

Änderungen vorbehalten

## Übernachtungsmöglichkeiten:

Pension Panorama (B&B)

Lauenenstrasse 5, 3782 Lauenen  
+41 33 765 31 69  
+41 79 347 90 43  
[info@panorama-lauenen.ch](mailto:info@panorama-lauenen.ch)  
[www.panorama-lauenen.ch](http://www.panorama-lauenen.ch)

Hotel Wildhorn

Dorfstrasse 4, 3782 Lauenen  
+41 33 765 30 12  
[hotel@wildhorn.ch](mailto:hotel@wildhorn.ch)  
[www.wildhorn.ch](http://www.wildhorn.ch)

Hotel Alpenland

Hinterseestrasse 5, 3782 Lauenen  
+41 33 765 91 34  
[hotel@alpenland.ch](mailto:hotel@alpenland.ch)  
[www.alpenland.ch](http://www.alpenland.ch)

weitere Unterkünfte in der Region  
Gstaad-Saanen unter

[www.gstaad.ch](http://www.gstaad.ch)