Atem und Lebendigkeit

ein Tag unter Frauen

Was erwartet dich?

- Sanfte Übungen aus dem körperorientierten Sexualcoaching und bewusstes Atmen laden dich ein, deinen Körper ganzheitlicher wahrzunehmen.
- Du lernst das tantrische „ABS System“ (Atem-Bewegung-Stimme) kennen und erlaubst dir, damit zu experimentieren und deine Energie zu intensivieren.
- Dein Energiefluss wird freier. Du beginnst immer mehr der Verbindung von Beckenraum und Herz zu lauschen: „Wo lacht mein Herz?“ und „Wie spüre ich mein Becken?“, das Zentrum der weiblichen Energie, Lebensfreude, Sinnlichkeit und Kreativität, aber auch Raum der tiefen Geborgenheit und Verbindung mit dir selbst.

Sonntag, 3. März 2024

10 bis 17:30 Uhr

Seminarbeitrag von 90€ (Bezahlung vor Ort)

Institut Kama -Benedikt-Schellinger-Gasse 32, 1150 Wien

ANMELDUNG BIS 20. FEBRUAR

Schreib uns eine Mail an b.roecklinger@gmx.at
oder ruf uns an unter 0680 1283654

Wir freuen uns auf dich!

Brigitte Röcklinger
Ausbildung in Körperorientiertem
Sexualcoaching für Frauen “Jadetor”
Atemtrainerin i.A.

Elisabeth Raatz
Zertifizierte Atemtrainerin
Integrative Atemtherapie
Verein Atman