



Atemreise

& integrative Körpertherapie

14.10.23 / 10 - 17 Uhr

Kosten: 90€

Schloss Raitenbuch Kallmünz

Vormittag

Kennenlernen

Muskelerpanzerungen lösen
mit Bewegung, Stimme und Atem
Intuitives Yoga & bioenergetische Übungen

Mittagspause

Nachmittag

Einführung in die Atemtechnik
nach Leonard Orr
Atemreise
Integration
Abschlussrunde

Was ist Rebirthing?

Rebirthing ist bewusstes Energieatmen und wurde von Leonard Orr in den USA entwickelt.

Jeder negative Gedanke und jede negative Erfahrung, die wir im Leben machen, kann unsere Atemfähigkeit einschränken und nachhaltig unser Leben beeinflussen.



Wir freuen uns auf Dich!



Natalie Merl
Heilpraktikerin Psych.
Körper- & Yogatherapie



Lena Lücke
Yogalehrerin
Atemtrainerin n. Orr