

Seminar Rehburg Loccum Sommer 2023

25.-27. August

Atmen!

Unsere tiefgreifende Beziehung mit der Natur

Beginn Fr 18 Uhr

Ende So 13 Uhr

Seminargebühren 280€/erm. 150€

Ort: Evangelische Akademie Loccum (Ü/Verpflegung)

Angrenzender Klosterwald (Seminar)

Anmeldung und Information

Anke Krause

Mail ankekrause@istte.de

Tel 0171-7459099

Web www.istte.de



ATMEN!

*Unsere tiefgreifende Beziehung
mit der Natur*

SelbstEntwicklung
Therapeutic Touch
Energietraining

ISTTE

Ein ∞ Aus

Dieser immerwährender Rhythmus, die unscheinbare Bewegung ... ist viel mehr als nur ein biologischer Prozess, der unsere Zellen mit lebensnotwendigen Sauerstoff und Energie versorgt und alles freigibt, was wir nicht länger brauchen – Kohlendioxid, Toxine, Stress und Sorgen.

Ein ∞ Aus

Ist eine tiefe Verbundenheit, eine uralte Symbiose zwischen Mensch und Pflanze – ein Band, das in den tiefen Wurzeln unserer Existenz verankert ist. Mit jedem Atemzug sind wir untrennbar mit der Luft, den Pflanzen, der Erde und dem Universum verbunden.

Ein ∞ Aus

Alle grünen Pflanzen, vom kleinsten Grashalm bis zur größten Eiche, sind unsere Atemgefährten, die jeden Sonnenstrahl in Sauerstoff und Nahrung umwandeln. Und wir sind ein lebendiger, atmender Teil dieses unglaublichen Netzwerks des Lebens.

Das Seminar im Wald

führt dich in eine lebendige Entspannung und heitere Gelassenheit. Die Regeneration deiner Zellen beginnt schon am ersten Abend, wenn wir mit speziellen **Atemübungen** und **Meditationen** tiefgehende Heilungsprozesse in Gang setzen.

Am zweiten Tag beginnen wir mit **Körperübungen** und heilsamer Berührung – **Therapeutic Touch**, um alle, am Atemvorgang beteiligten Organe und Strukturen, optimal zu aktivieren. Sorgen, Stress und Ängste werden dadurch sanft gelöst und weichen einer tiefen, inneren **Stille**.

Lass Dich von der **Magie des Waldes** verzaubern, wenn wir im Rhythmus der Erde **Atmen** und unsere Verbindung mit ihr vertiefen.

Seminarleitung
Sabine Dietrich
Leitung ISTTE



Das Seminar findet tagsüber im Wald statt. Bitte bring entsprechende Kleidung, Sonnen- und Insektenschutz mit. Übernachtung und Mahlzeiten im Haus