

Holotropes Atmen im Haus Neumühle/ Saar

Der Ablauf

Freitag beginnen wir um 18:30 Uhr mit dem Abendessen. Anschließend gibt es eine Einführung in das Holotropes Atmen und die Gelegenheit, alle auftauchenden Fragen zu stellen.

Samstag finden die beiden Atemsitzungen statt (Dauer ca. 3 Stunden pro Sitzung), dazwischen machen wir eine rund anderthalbstündige Mittagspause. Nach dem Abendessen kommen wir noch mal kurz für ein „Blitzlicht“ zusammen.

Sonntagvormittag gibt es das „Sharing“, bei dem ihr eure Atemsitzungen teilt. Falls noch offene Fragen oder Unerledigtes aus dem Prozess übrig sind, ist dafür hier noch Zeit.

Der Seminar-Ort

Das [Seminahaus Neumühle Saar](#) liegt im Länderdreieck Luxemburg, Deutschland und Frankreich. Es ist umgeben von schöner Natur. Die Küche ist vegetarisch. [Anfahrt zum Seminarhaus als pdf](#)

Die Kosten

Das Seminar kostet 230 €.

Seminargebühr bitte überweisen auf mein Konto

K. Wortelkamp, IBAN DE85 6805 0101 0001 4239 30.

Mit der Überweisung ist ein Platz im Seminar gesichert. Bei Absage bis 2 Wochen vorher behalte ich 20 € Organisationskosten ein. Danach die Hälfte der Seminarkosten, es sei denn, es wird ein Ersatzteilnehmer oder eine Ersatzteilnehmerin gestellt.

Kost und Logis im Seminarhaus

Hier ist eine pdf mit allen Preisen: [Preise für Kost und Logis im Seminarhaus](#). In dieser pdf ist auch eine **Anmeldung** für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer. **Bitte direkt beim Seminarhaus anmelden und dort die Übernachtungs- und Essenswünsche mitteilen.**

Essenszeiten:

Frühstück: 08.30 Uhr

Mittagessen: 12.30 Uhr

Abendessen: 18.30 Uhr

Bitte mitbringen!

- Augenbedeckung (Tuch, besser: Schlafmaske)
- Malzeug und Papier
- Spannbetttuch, evtl. eigenes Kissen und Decke für die Matratze in der Atemsitzung
- Kleenex oder Küchenpapierrolle
- Einen Gegenstand für die Mitte, falls gewollt
- Hausschuhe

Unsere Kontakte

Kati Wortelkamp, Kollmarsreuterstr. 13, 79312 Emmendingen, mobil 0176 380 345 17,

k.wortelkamp@posteo.de, www.holotropatmen.de

Ursula Boger, Haslachstraße 18, 79868 Feldberg-Falkau, mobil 0157 58435535,

ursula.shanti@gmx.de