



## Selbsterfahrung durch Arbeit mit veränderten Bewusstseinszuständen

Viele Herausforderungen und Veränderungen der aktuellen Zeit lassen uns nach Orientierung und Verbundenheit suchen. Unser Wesenskern bzw. unsere innere Weisheit kann uns Klarheit und Ausrichtung geben. In der Gemeinschaft mit anderen und der Verbundenheit mit unserer Umwelt erleben wir Halt und Sicherheit. Alles zusammen unterstützt persönliche Weiterentwicklung und Transformation.

Im Jahr 2023 wollen wir über 3 Seminare hinweg einen persönlichen und gemeinsamen Weg anbieten, bei dem jede\*r die eigenen Schritte gehen kann und dabei von der Gruppe begleitet und unterstützt wird. Das holotrope Atmen steht im Zentrum unserer Arbeit und dient als Katalysator für den inneren Prozess. Die anschließende therapeutische Aufarbeitung unterstützt das Umsetzen der holotropen Erfahrungen ins tägliche Leben.

- **Frühlingsatmen**      **Freitag, 17. März (17:00) – Sonntag, 19. März 2023 (13:00)**  
Seminarleitung: Bettina Libicky-Mayerhofer & Barbara Traunmüller-Gegner
- **Sommeratmen**      **Freitag, 30. Juni (17:00) – Sonntag, 2. Juli 2023 (13:00)**  
Seminarleitung: Barbara Traunmüller-Gegner & Karl Stoxreiter
- **Herbstatmen**      **Freitag, 3. November (17:00) – Sonntag, 5. November 2023 (13:00)**  
Seminarleitung: Karl Stoxreiter & Anna Wipplinger

**Anmeldung:** Die 3 Termine 2023 können, als Jahresprozess oder einzeln, über unsere Website [www.holotrop-atmen.at](http://www.holotrop-atmen.at) gebucht werden.

- **Jahresprozess:** Bei Buchung aller drei Termine und Einzahlung bis 20. Jänner 2023: **€ 855.- (€ 285.- / Seminar)**

- **Einzelseminar:** Seminarbeitrag **€ 360.- / Seminar**  
Bei Einzahlung bis 6 Wochen vor dem jeweiligen Seminarbeginn **€ 320.- / Seminar**

**Seminarort:** Villa Sonnwend National Park Lodge, 4575 Roßleithen bei Windischgarsten  
([www.villa-sonnwend.at](http://www.villa-sonnwend.at))

Weitere Infos zu Methode und Trainer\*innen finden Sie auf unserer Website:  
[www.holotrop-atmen.at](http://www.holotrop-atmen.at)

**Bei Fragen können Sie uns gerne anrufen:**

+43 650 / 214 35 17 oder Mobilnummern aller Trainer\*innen auf unserer Website.

