



# HOLOTROPES ATMEN

*Auf dem Weg zu dir selbst.*

---

01.-03.DEZEMBER 2023

01.-03.MÄRZ 2024 // 11.-13.OKTOBER 2024

BANDGASSE 34 | 1070 WIEN

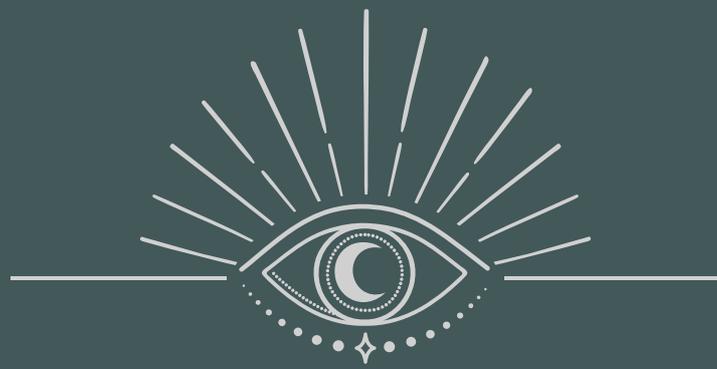


Anmeldungen und weitere Informationen

---

HA.WIEN@GMX.AT

+43/680/3312313



# Holotropes Atmen

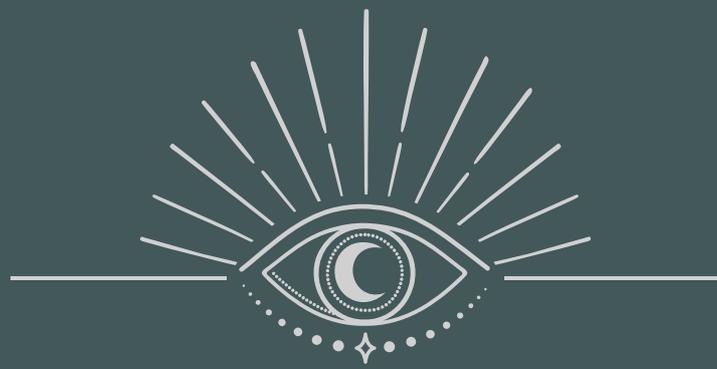
Holotropes Atmen bietet die Möglichkeit intensiver Selbsterfahrung in geschützter Atmosphäre mit professioneller Begleitung.

Durch vertiefte und beschleunigte Atmung, die von psychoevokativer Musik begleitet wird, lassen sich veränderte Bewusstseinszustände erreichen.

Solche Erfahrungen ermöglichen transformierende und zutiefst heilsame innere Prozesse und fördern den Kontakt zum ureigenen Potenzial. Zudem erlauben sie Einblicke in die vielschichtigen Dimensionen des Seins.

Prozessorientierte Körperarbeit, intuitives Malen und das Sharing in der Gruppe fördern die Integration des Erlebten.





## Seminarzeiten

Freitag	17.00 - 21.00
Samstag	09.30 -19.30
Sonntag	09.30 -13.00

## Seminarort

Seminarzentrum ZeiTraum

<https://zeitraum.one>

Bandgasse 34/29c

1070 Wien

## Kosten

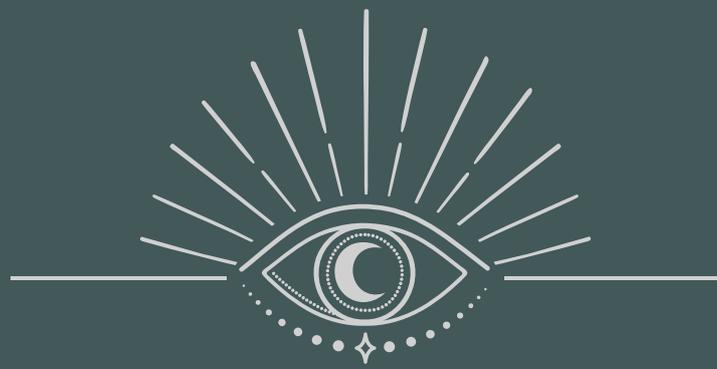
300€

ermäßigt 260€

5% Frühbucher\*innen

Rabatt bis 8 Wochen vor  
dem Seminar





# Seminarleitung

**Magdalena Ségur-Cabanac,**

Integrative Gestalttherapeutin, WB in  
systemischer Therapie mit der internen  
Familie (IFS), Paar- und Sexualtherapie,  
Holotropes Atmen und Transpersonale  
Psychologie (IHTP, Grof® Legacy  
Training)

**Johannes Simon Donat,**

Arzt für Allgemeinmedizin, FA für  
Psychiatrie und Psychotherapeutische  
Medizin, Osteopath, Holotropes Atmen  
und Transpersonale Psychologie  
(IHTP, Grof® Legacy Training)

## Informationen und Anmeldung

ha.wien@gmx.at

+43/680/3312313

