

18-19 April 2026

# HOLOTROPES ATMEN

## Eine zweitägige Reise zu dir selbst

Durch bewusst veränderte Bewusstseinszustände werden heilende und spirituelle Prozesse aktiviert. Mit beschleunigter Atmung, Musik und Körperarbeit können einengende Muster gelöst, seelische Schichten bearbeitet und Potenziale entfaltet werden.



Seminarleiter  
Mag. Andreas Schuster



Co-Therapeut  
Mag. Daniel Scheyer  
Psychotherapeut &  
Klinischer Psychologe



Co-Therapeutin  
Mag.ª Luisa Grabenschweiger  
Psychotherapeutin & Klinische  
Psychologin



Anmeldung & mehr Informationen

[anda.atmen@gmail.com](mailto:anda.atmen@gmail.com)  
[www.anda-atmen.at](http://www.anda-atmen.at)

Bio Yoga Hof Kitzbühel

# A Samstag, 18. April

## B

- 09:00 Uhr Beginn des Seminars
- Vorstellungsrunde und Kontemplation
- Erste Atemsitzung
- Gemeinsames Mittagessen, optional
- Zweite Atemsitzung (offenes Ende, ca. 18 Uhr)

## A

# Sonntag, 19. April

## U

- 09:00 Uhr gemeinsame Meditation
- Aufarbeitung der Erfahrungen in Kleingruppen
- Integration und Abschlussrunde
- ca. 13 Uhr Seminarende

## F

Seminarkosten Frühbucher: 225 Euro

Normalpreis: 265 Euro

Anmeldeschluss 1 Monat vor Seminarbeginn

Frühbucherrabatt bis 2 Monate vor Seminarbeginn

Kosten inklusive Mittagessen & Pausenverpflegung.

Auf Wunsch auch vegetarisch, oder vegan.

Nächtigung vor Ort:

Bio Yoga Hof Kitzbühel

info@yogahof-kitzbuehel.at

Johanna Haas

T + 43 (0) 660 4990182

[www.yogahof-kitzbuehel.at](http://www.yogahof-kitzbuehel.at)

-----

Normale körperliche und psychische Belastbarkeit sind  
Voraussetzung für die Seminarteilnahme!