

KENNENLERN- UND GRUNDLAGENSEMINAR IN ATEM- UND KÖRPERTHERAPIE PROF. ILSE MIDDENDORF

Dieses Seminar richtet sich an interessierte Menschen, welche vertieft ihren Atem und dessen Kräfte kennenlernen und erfahren möchten. Es ist ausserdem als Weiterbildung für Therapeuten aller komplementär-therapeutischen Methoden sowie anderweitigen therapeutischen Berufe geeignet. Ebenso sind Menschen angesprochen, welche an einer atemtherapeutischen Ausbildung interessiert sind.

Sie lernen die Übungsweise für «Atem und Bewegung», «Ton und Stimme» kennen und erhalten Einblick und praktische Erfahrungen in der Methode der «Atembehandlung».

In diesem Kennenlern- und Grundlagenseminar setzen Sie sich eingehend mit der Atemarbeit am und mit dem Atem auseinander. Sie lernen sich und Ihr eigenes Atemgeschehen kennen. Sie begegnen der Wechselwirkung von Körper, Seele und Geist. Sie entwickeln und stärken über die Selbsterfahrung Ihre eigenen Kräfte. Ein innerer Dialog wird möglich, Ihre Ressourcen kommen zum Tragen und Ihre individuellen Potentiale treten in den Vordergrund.

Das Seminar dient dazu, die Atemarbeit Middendorf vertieft zu erleben. Sie üben die Achtsamkeit, Ihre Hinwendung zur Empfindung des Körpers, Ihre körperliche, seelische und geistige Präsenz sowie Ihre Zentrierungskräfte auf das «Hier und Jetzt». Sie entwickeln Ihre Körperintelligenz, welche zur Bewusstseinsweiterung, zu mehr Klarheit, Wohlbefinden, Gelassenheit und Leichtigkeit führt.

Das Kennenlern- und Grundlagenseminar wird mit einem Zertifikat von 80 Präsenz-Stunden «Atem, Bewegung und Ton» sowie «Atem-Behandlungsarbeit» bestätigt.

Der Einstieg ist in jeder Kurssequenz möglich.

TERMINE 2022 / 2023

Beginn und Dauer: 11. Juni 2022 bis 12. März 2023 / 80 Seminarstunden
Daten: 11./12.06.2022, 09./10.07.2022, 27./28.08.2022, 24./25.09.2022,
29./30.10.2022, 26./27.11.2022, 28./29.01.2023, 11./12.03.2023
Zeiten: Jeweils Samstag: 09.15-17.30 Uhr
Jeweils Sonntag: 09.15-12.30 Uhr
Kosten: CHF 2'800.— (CHF 350.— pro Seminareinheit CHF 35.—/Std. 10)

Dozentinnen:

Livia La Rocca

- dipl. Atemtherapeutin/Atempädagogin Middendorf sbam/dipl. AFA®
- KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom
- eidg. Fachausweis Ausbilderin
- Burnout Syndrom und Antistress Therapeutin/Beraterin, Zertifikat Paracelcus München D
- Supervisorin Komplementärtherapie, von OdA KT zugelassen
- Somatic Experience Practitioner (SEP)

Yvonne Zehnder

- dipl. Atemtherapeutin/Atempädagogin Middendorf sbam
- Visionäre Craniosacral Arbeit
- KomplementärTherapeutin mit eidg. Diplom
- Supervisorin Komplementärtherapie, von OdA KT zugelassen
- Erwachsenenbildnerin KAEB

Kursort: Stadt Zürich oder Thalwil je nach Teilnehmeranzahl

Anmeldung: zehnder@ateminstitut.ch **Tel. 079 629 64 21**

Auskunft: info@atempraxis-larocca.ch Tel. 078 667 20 97
zehnder@ateminstitut.ch Tel. 079 629 64 21

SEMINARTHEMEN 2021 / 2022

NR.	SEMINAREINHEIT	DATUM
1	Die Entdeckung der einzelnen Atemphasen des eigenen Atemrhythmus.	11./12.06.2022
2	Das Bewusstwerden der einzelnen Atemphasen des persönlichen Atemrhythmus und den Zusammenhang mit der eigenen Biografie erkennen.	09./10.07.2022
3	Die Bedeutung der Sammlungskraft, der dadurch entstehenden Atemkraft und deren Wirkung zu persönlichen Veränderungsprozessen zulassen. Den persönlichen Ressourcenaufbau durch die Entwicklung der Achtsamkeit erarbeiten.	27./28.08.2022
4	Die Wirkung der Körperbewegung auf den Atemrhythmus und die Atembewegung kennenlernen. Erleben und Geschehenlassen der inneren Führung und dessen Bedeutung im Alltag.	24./25.09.2022
5	Die Zentrierung der aufgebauten Atemkräfte zur Körpermitte. Die innere Mitte und Balance erarbeiten und finden. Die daraus resultierende seelische Gelassenheit im Alltag integrieren.	29./30.10.2022
6	Die Unterscheidung und Differenzierung von Gefühl, Empfindung und Gedanken kennenlernen, den inneren Dialog entstehen lassen.	26./27.11.2022
7	Selbstbehandlungsmöglichkeiten: Die gerichteten Atemkräfte, die Lebensrichtung entdecken. Den inneren Ressourcen, Selbstregulations- und Selbstheilungskräften des Atems vertrauen.	28./29.01.2023
8	Entfalten der vollen eigenen seelischen, körperlichen und geistigen Kräfte. Die Gestaltung der Zukunft des eigenen Weges.	11./12.03.2023