



# Workshop Holotropes Atmen

## Termin

**03. und 04. Dez. 2011**

**Einführung & 1. Atemsitzung:**

Sa., 03. 12. | ca. 9:00 bis 14:00

**2. Atemsitzung:**

Sa, 03. 12. | ca. 16:00 bis 19:00

**Aufarbeitung**

So, 04. 12. | ca. 9:30 bis ca. 13:00

## Seminargebühr

180 Euro | 90 Euro Student-  
Innen (mit gültigem Ausweis)

## Seminarort

Institut NAMASTE  
Bandgasse 34 / 29 c  
A-1070 Wien

## Infos u. Anmeldung

**Anna Maurer**

Tel. 01 513 72 98 | 0664 260 5884  
mail: anna.maurer@chello.at  
www.annamaurer.at

**Dr. Hans Peter Weidinger**

Tel.: 01 310 88 00 | 0664 463 27 07  
mail: hp.weidinger@holotrop.at  
www.holotrop.at

## Mitzubringen sind

Decke, Sitzkissen, nach Möglichkeit  
eine dünne Matte, Wachsmalkrei-  
den, Zeichenblock, lockere Klei-  
dung, evtl. eine Augenbinde

## Die Methode

Die von Stanislaw Grof entwickelte Methode des Holotropen Atmens und von Sylvester Walch weiterentwickelte Transpersonale Psychotherapie und Atemarbeit schafft eine Verbindung von Psychotherapie und Selbsterfahrung mit schamanistischen und spirituellen Traditionen. Die Kombination von vertiefter und beschleunigter Atmung, Musik und Körperarbeit induziert veränderte Bewusstseinszustände und eröffnet so den Zugang zu tiefliegenden Aspekten unserer Seele, die über die gewohnte alltägliche Sichtweise hinausführen. Die TeilnehmerInnen können auf diese Weise in Kontakt mit verborgenen Entwicklungspotenzialen in persönlichen, sozialen und spirituellen Bereichen kommen. Die in der Atemarbeit gemachten personalen und transpersonalen Erfahrungen stehen in einem sinnvollen Zusammenhang mit der derzeitigen Lebenssituation.

## Leitung

**Dr. Hans Peter Weidinger**, geb. 1958, Dr. med., Facharzt für Psychiatrie, Psychotherapeutische Medizin und Neurologie, Psychotherapeut (Integrative Gestalttherapie/ÖAGG), Lehrtherapeut, Lehrsupervisor und Ausbilder für Integrative Gestalttherapie (IGWien und SFU), Supervisor (ÖBVP), Lehrtherapeut für Transpersonale Psychotherapie und Holotropes Atmen (ÖATP), Vortrags-, Seminar- und Workshoptätigkeit; Veröffentlichungen.

**Anna Maurer** geb. 1950, Psychotherapeutin (Gestalttherapie, Bioenergetik), Supervisorin und Persönlichkeitscoach, Lehrtherapeutin und Lehrsupervisorin für Integrative Gestalttherapie (IGWien und SFU), Begründerin der IGM-Körpertherapie (Integrative Gestalt Massage), Lehrtherapeutin für Transpersonale Psychotherapie und Holotropes Atmen (ÖATP), Buchautorin: „Auf der Suche nach dem Selbst“ und „Feuer und Flamme“; Vortrags-, Seminar- und Workshoptätigkeit.

## Vorraussetzungen zur Teilnahme

ist normale körperliche und seelische Belastbarkeit. Der Workshop ist als Selbsterfahrung gedacht und ersetzt nicht eine psychotherapeutische Behandlung. Kontraindikationen sind Schwangerschaft, schwere Herz-Kreislaufkrankungen, Epilepsie, Glaukom, schweres Asthma, nach Operationen, schwere Knochen- & Gelenksprobleme, schwere Infektionen.