



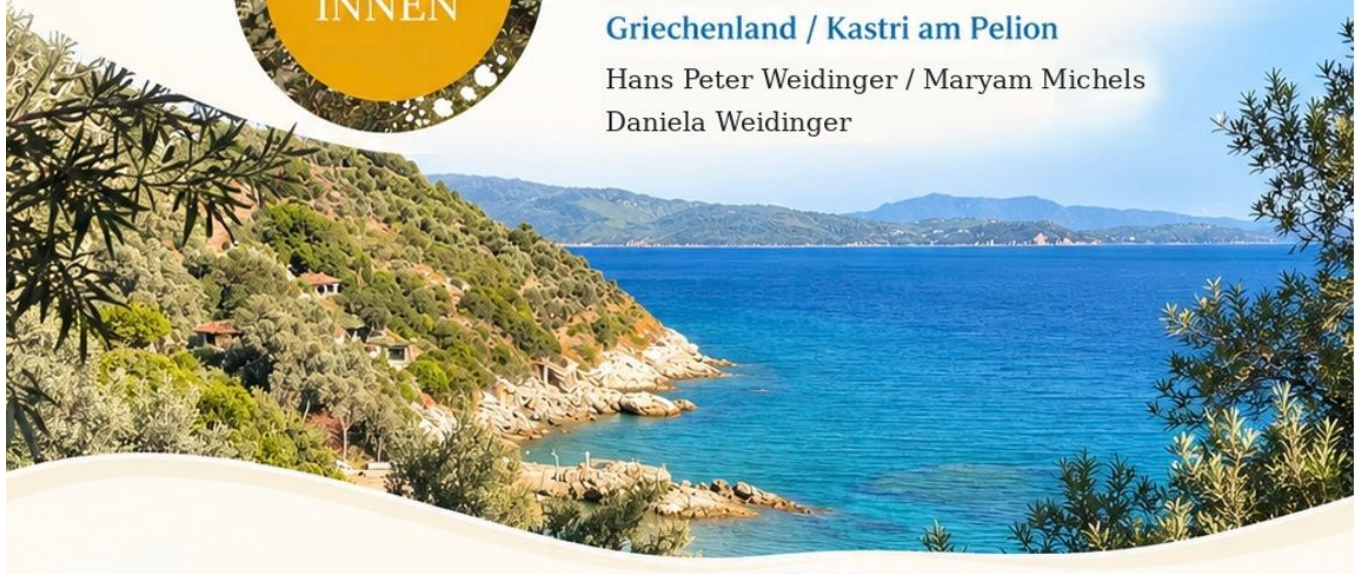
Einwöchiges Retreat mit Holotropen Atmen

22. bis 29. Mai 2027

Griechenland / Kastro am Pelion

Hans Peter Weidinger / Maryam Michels

Daniela Weidinger



DER ORT

Peli Kastro liegt inmitten der kraftvollen Natur des Südpelions mit seinen unberührten Hügeln und kleinen Buchten. Das eigens für Retreats errichtete Zelt und die Meditationsplattform sind umgeben von jahrhundertalten Olivenbäumen. Das Peli Kastro Guesthouse und Julia's Taverne befinden sich direkt am abgeschiedenen Strand von Kastro (www.pelikastro.com)

HOLOTROPES ATMEN

Beim Holotropen Atmen verbinden sich bewusst beschleunigte Atmung, unterstützende Musik, prozessorientierte Körperarbeit und intuitives Malen zu einem intensiven Erfahrungsprozess. „Holotrop“ bedeutet „auf das Ganze hin ausgerichtet sein“. In einem geschützten und achtsam begleiteten Rahmen wenden die Teilnehmenden ihre Aufmerksamkeit auf die inneren Vorgänge und Erfahrungen, die aus einem erweiterten Wahrnehmungsraum ins Bewusstsein strömen. So können verborgene Entwicklungspotenziale in wichtigen Lebensbereichen zugänglich werden. Die Nachbesprechung der Atemerfahrungen in der Gruppe hilft, ihre Bedeutung für die eigene Entwicklung zu erkennen. Unterstützt wird der Prozess durch bewegte und stille Meditation und Wanderungen in der umgebenden Natur.

VORAUSSETZUNGEN

Normale körperliche und psychische Belastbarkeit. Da es beim Holotropen Atmen zu intensiven körperlichen Prozessen kommen kann, ist bei folgenden Gegebenheiten keine Teilnahme möglich: Schwangerschaft, schwere Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Epilepsie, Glaukom, schweres Asthma, akute Infektionen, schwere Gelenk- und Knochenprobleme, akute psychische Belastung (z.B. Psychose, Panikzustände u.a.). In Zweifelsfällen bitte Hans Peter Weidinger (+43 664 4632707) vor der Anmeldung kontaktieren.

DAS TEAM

Dr. Hans Peter Weidinger

Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Psychotherapeut (Integrative Gestalttherapie), Leiter der SFU Fachgesellschaft für Integrative Gestalttherapie, langjährige Ausbildungstätigkeit in Körpertherapie und Holotropen Atmen (IHTP), certified for Holotropic Breathwork™ (www.holotrop.at)

Maryam Michels

Fachärztin für Psychosomatische Medizin, Psychotherapeutin (Gestalttherapie, Körpertherapie, Traumatherapie), Trainerin für Holotropes Atmen, certified for Holotropic Breathwork™, spirituelle Praxis seit 1996, Seminarartätigkeit, in eigener psychotherapeutischer Praxis in München tätig (www.michels-maryam.com)

Daniela Weidinger

Holotropic-Breathwork™-Facilitator (GTT Grof Transpersonal Training), klinische Psychologin und Psychotherapeutin in Fachausbildung unter Lehr-Supervision (Integrative Gestalttherapie). Seit über zehn Jahren begleitet sie Holotrope Atemseminare in Rumänien und Österreich (www.danielaweidinger.at)

RETREAT-GEBOHR

EUR 790,- (USt. frei) zzgl. Kosten für Anreise, Unterkunft und Verpflegung

Bankverbindung: Dr. Hans Peter Weidinger

IBAN: AT85 2011 1000 0830 8527

ANMELDUNG

Dr. Hans Peter Weidinger: +43 664 4632707

hp.weidinger@holotrop.at, www.holotrop.at

Anreise Samstag - Seminarbeginn Sonntag 15:30 Uhr

Seminarende Freitag mittags - Abreise Samstag

