

Atemkurs im Simmental 11. + 12. Juli 2020

Auf 1000 m ü.M. in Boltigen im feinen, neu renovierten Simmentalerhaus,
mit ÖV 1¼ Stunden von Bern entfernt.

Im Erfahrbaren Atem vertiefen wir unsere Wahrnehmung und differenzieren über die
Empfindung, die Hingabe und die Achtsamkeit immer feiner, wie das Leben in uns
wirkt.

Daraus entsteht Klarheit. Je klarer wir uns erkennen, desto authentischer, lebendiger
und echter gelingt es, uns auszudrücken und das Leben zu gestalten. Das verleiht
Sicherheit und Freude.

Kosten: 220.- + Schlafen und Essen 120.-. Eva kocht.

Von Samstagmittag bis Sonntagnachmittag

Anmeldung: bis 21. Juni 2020

Leitung: Ursina Friedli, Komplementärtherapeutin mit eidg. Diplom Atemtherapie

Praxis Weissenbühlweg 6

3007 Bern •

Tel. 031 332 62 40 / 076 476 54 14

info@atem-gesundheit.ch / www.atem-gesundheit.ch

