

## **POWER BREATH - THE EXPERIENCE OF LIFE**

In den Power Breath Atemworkshops eine neue Dimension des Lebens erfahren...

Ziel: Verstärkung der positiven Lebenseinstellung durch das Entfalten von mehr Lebensfreude, Leichtigkeit, Gelassenheit, Begeisterung, Mut, Kraft, Selbstvertrauen, Erfolg, usw.

Das Power Breath baut auf die Technik des Holotropen Atmen (nach Grof) auf und erweitert den Zugang in andere Bewusstseins Ebenen. In den Atemsessions werden Grenzen überwunden und die Verbindung zu kraftvollen Kanälen hergestellt die helfen neue Wege zu gehen.

Der Atem als Verbindung zwischen Geist und Materie. Power Breath ein kraftvolles Werkzeug für ein intensives Erleben einer neuen Wahrheit und der absoluten Freiheit.

Workshops in Gruppen; Termine für spezielle Gruppenthemen (z.B. für Firmenabteilungen, Arbeits-Teams, Sportmannschaften) und Einzelsessions auf Anfrage gerne verfügbar.

Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung (z.B. Jogginganzug), Liegematte (Yoga-, Iso-Matte), Decke, Kissen, Socken, Handtuch, Schreibzeug (Block, Farbstifte)

### **2009 – ein weiteres spontanes Jahr**

Wir haben immer wieder die Erfahrung gemacht, dass gerade ganz spontan durchgeführte Atemseminare eine ganz besondere Qualität hatten... gerade auch hinsichtlich des aktuellen Themas der Teilnehmer und der Gruppen.

Das hat uns dazu ermutigt 2009 grundsätzlich so „unverplant“ das Power Breath anzubieten!

Wir führen weiterhin diese Workshops, auch gern in kleinen intensiven Gruppen (ab 4 Teilnehmer), durch – selbstverständlich auch auf individuelle Anfrage!

Sie erhalten die aktuellen Seminartermine gerne von uns per Email in unserem Newsletter zugesandt. Bitte ordern Sie diesen einfach per Mail an [info@one-coaching.com](mailto:info@one-coaching.com) an.

Weitere Seminartermine & Workshops aus unserem Angebot erhalten Sie gerne auf Anfrage.