

Samstag 17. Februar 2018

14:00 – 20:00 Uhr

Kosten: 110,00 €

Ort: Yoga an der Spree, Köpenicker Str. 9, 10997 Berlin

***CANTIENICA* ®**

meets

Amo Breathwork

(HEAL ® Holistische Energie- und AtemLehre nach Dr. Christina Kessler)

In der Welt des Wandels

Kursleitung: Veronika Merfort

Tel: 030 6759584

Mail: veronika@merfort-cantienica.de

Infos unter: www.amoergosum.de

Neubeginn – der inneren Quelle lauschen

Lebensenergie freisetzen durch den „verbundenen Atem“

Dieser Workshop richtet sich an alle, die den verbundenen Atem nach **Dr. Christina Kessler im Rahmen der Amo Breathwork** kennenlernen möchten.

Zugrunde liegt der von Dr. Kessler erforschte Grundgedanke, dass jede Entwicklung universellen Gesetzmäßigkeiten unterliegt:

„Löse und verbinde“- und das in einem immerwährenden Prozess.

Das gilt auch für unser individuelles Wachstum als Menschen.

Der „**verbundene Atem**“ ist ein sehr machtvolles Instrument innerhalb dieses Entwicklungsprozesses, um Blockaden auf körperlicher, emotionaler oder mentaler Ebene aufzulösen.

Auf sehr einfache und zugleich intensive Weise führt uns dieser Prozess tief in unser ursprüngliches SEIN, wo alles mit allem verbunden ist.

Während der **1-stündigen Atemsitzung** wird der Körper mit Sauerstoff überflutet. Wenn ich mich auf diesen Prozess einlasse, fließt die Lebensenergie einer innewohnenden Intelligenz folgend genau dorthin, wo der nächste Entwicklungsschritt ansteht, wo Hindernisse aufgelöst werden wollen.

Vorbereitet und unterstützt wird die Atemarbeit mit Übungen der **CANTIENICA®-Methode**, die den Körper besonders präsent und aufnahmefähig für die Sauerstoffzufuhr machen.

Der Rahmen, in dem diese Energiearbeit stattfindet ist geprägt von großer Achtsamkeit und Wertschätzung – es ist ein geschützter Raum, in dem jede/r willkommen ist, mit allem was da ist.

Ich freue mich sehr auf neugierige Teilnehmer_innen!

Veronika Merfort

Krankenschwester
CANTIENICA®-Trainerin
Amo Breathworkerin



Ich bitte um eine verbindliche Anmeldung bis zum 10. Februar.