



Tagesseminar, Sonntag 14. Januar 2018, 10.00 – 18.00 Uhr

## **Intuitives Atmen – den Lebensthemen im Jahr 2018 auf der Spur**

mit Roland G. Krügel, Atemtherapeut AFA®, Heilpraktiker

Atem- und körpertherapeutische Übungen schaffen einen Ausgleich zur üblichen „äußeren“ Wahrnehmung und ermöglichen einem mehr im eigenen Körper und im Herzen anzukommen. In dieser Qualität wollen wir uns gemeinsam auf das neue Jahr 2018 einstimmen. Im Zentrum des Tagesseminars steht ein dynamischer und auf allen Ebenen reinigender und erweckender Atemprozess im Liegen. Die dabei zugänglichen innere Themen und Ziele für die neue Erdenrunde, dürfen dann in einer Collage ihren Ausdruck finden. Meditative Kommunikationsübungen helfen die innere Orientierung und Ausrichtung zu „erden“, um so gestärkt durch die vier Jahreszeiten zu gehen.

**Mitzubringen:** ca. 5 - 7 Illustrierte, ggf. Malstifte, Schere, Klebestift (DIN A 2 Bögen werden gestellt).

**Ort:** Peace Zentrum, Holzstr. 4, 80469 München, Nähe Sendlinger Torplatz;

**Teilnahmebeitrag:** 120,- €

**Anmeldung:** bitte per eMail



Roland G. Krügel  
Praxis für Atemtherapie und Voice Dialogue  
im @peace Zentrum  
Holzstraße 4, 80469 München  
Telefon: 089 82 08 97 10  
Mobilfunk: 0177 218 51 63  
E-Mail: [info@atmedichfrei.de](mailto:info@atmedichfrei.de)  
Internet: [www.atmedichfrei.de](http://www.atmedichfrei.de)