

**ANMELDESCHLUSS: 10. 06. 2012**

Berücksichtigung nach Eingang  
der Anmeldung

Kursgebühr: EUR 125,-

Unterkunft/Verpflegung: EUR 70,-

Bettwäsche: EUR 7,50

Soziale Ermäßigung möglich.

MITBRINGEN: Bequeme Kleidung,  
warme Socken, normale Bettwäsche,  
Laken, bitte keine Schlafsäcke.  
Wäsche kann auch geliehen werden.

ORT: Jugendhaus „Henry Dunant“

Bramberg Nr. 38

96106 Ebern

Tel. Nachb.Weidner: 09534/ 523

Nachbar Voigt: 09534/535

Bramberg liegt an der Straße  
zwischen Ebern und Haßfurt.

In den Ort hinein, der Vorfahrtsstraße rechts  
folgen, an der Gabelung links halten.

Nach der Gabelung links abbiegen.

Viertes Gebäude rechts,

Einfahrt nach einer Hecke.

Zugreisende bis Ebelsbach/Eltmann

oder Hassfurt, r e c h t z e i t i g

bitte wegen Abholung vorher anrufen.

GUTE FAHRT!!!



ATEMINSTITUT SUSANNE SORGENFREI  
ARBEIT MIT DEM ERFAHRBAREN ATEM  
NACH PROF. ILSE MIDDENDORF

EINZELBEHANDLUNGEN

GRUPPENARBEIT

FORTBILDUNG UND AUSBILDUNG

INTENSIV-WOCHENENDE

WEIBLICHES  
&  
MÄNNLICHES

im Erfahrbaren Atem

Zur Auswahl:

I 20. - 22. 07.

II 27. - 29. 07.

III 05. - 07. 10.

IV 12. - 14. 10.

BRAMBERG

2012



Dieses alte und fast „ewige“ Thema begegnet uns in der Arbeit mit dem Erfahrbaren Atem überall in unserem Körper.

Wir nennen die beiden Grundkräfte unserer Existenz die „weiche und die gerichtete“ Kraft. Wir finden sie in unzähligen Varianten: In den Gelenken, im Ausdruck des Atems selbst, in unseren Haltungen und Bewegungen.

Die ganze Bandbreite der Atemübungen kann uns zur Erkenntnis unserer männlichen und weiblichen Anteile verhelfen: Die Strahlkraft des Ausatems wenn er Richtung bekommt, die Hingabeseite, das zutiefst Innige im Einatem. Beidem wollen wir uns durch das Loslassen im Atemgeschehen annähern.

Auch bei diesem Thema geht es in besonderer Weise darum, dass MITTE entsteht, in der Atemerfahrung und damit für unser ganzes Sein. Aus dieser MITTE heraus zu leben, kann uns helfen authentisch zu werden und wahrhaftig zu sein.

Ich freue mich wieder auf die Intensität dieser Wochenenden und den Austausch und Ausdruck der mit Hilfe des Atems möglich sein wird.

Mit herzlicher Einladung,

*Rusane Bergenfroh*