

# Workshop Holotropes Atmen

## Termin

21. und 22. November 2009

### Einführung & 1. Atemsitzung:

Sa., 21.11. | ca. 9:00 bis 14:00

### 2. Atemsitzung:

Sa., 21.11. | ca. 16:00 bis 19:00

### Aufarbeitung / Nachbesprechung:

So, 22.11. | ca. 9:30 bis ca. 13:

## Seminargebühr

160 Euro | 80 Euro Student-  
Innen (mit gültigem Ausweis)

## Seminarort

Institut NAMASTE  
Bandgasse 34 / 29 c  
A-1070 Wien

## Infos u. Anmeldung

**Dr. Hans Peter Weidinger**

Tel.: 01 310 88 00 | 0664 463 27 07  
mail: hp.weidinger@holotrop.at  
www.holotrop.at

**Anna Maurer**

Tel. 01 513 72 98 | 0664 260 5884  
mail: anna.maurer@chello.at  
www.annamaurer.at

## Mitzubringen sind

Decke, Sitzkissen, nach Möglichkeit eine dünne Matte, Wachsmalkreiden, Zeichenblock, lockere Kleidung, evtl. eine Augenbinde

## Die Methode

Die von Stanislaw Grof entwickelte Methode des Holotropen Atmens und von Sylvester Walch weiterentwickelte Transpersonale Psychotherapie und Atemarbeit bemüht sich um eine Verbindung von Psychotherapie und Selbsterfahrung mit schamanistischen und spirituellen Traditionen. Die Kombination von vertiefter und beschleunigter Atmung, Musik und Körperarbeit induziert veränderte Bewusstseinszustände und eröffnet so den Zugang zu tiefliegenden Aspekten unserer Seele, die über die gewohnte alltägliche Sichtweise hinausführen. Die TeilnehmerInnen können auf diese Weise in Kontakt mit verborgenen Entwicklungspotenzialen in persönlichen, sozialen und spirituellen Bereichen kommen. Die in der Atemarbeit gemachten personalen und transpersonalen Erfahrungen stehen in einem sinnvollen Zusammenhang mit der derzeitigen Lebenssituation.

## Leitung

**Dr. Hans Peter Weidinger**, Facharzt f. Psychiatrie u. Neurologie, Psychotherapeut, Supervisor (ÖBVP), arbeitet in freier Praxis in Wien (Einzel- und Gruppentherapie); Lehrtherapeut und Ausbilder für Integrative Gestalttherapie (IGWien) und für Transpersonale Psychotherapie und Atemarbeit (ÖATP), Seminar- und Vortragstätigkeit, Herausgeber des Tagungsbandes „Von Herz zu Herz“, erschienen bei Ibero-Wien.

**Anna Maurer**, Psychotherapeutin, Lehrtherapeutin für Integrative Gestalttherapie (IGWien), Lehrtherapeutin und Ausbilderin für Transpersonale Psychotherapie und Atemarbeit (ÖATP), Bioenergetische Analyse (ÖAGG/DÖK), Supervisorin u. Persönlichkeitscoach, Ausbilderin für IGM-Körpertherapie (Integrative Gestaltmassage), Autorin der Bücher: „Auf der Suche nach dem Selbst“ und „Feuer und Flamme“, Herausgeberin des Tagungsbandes „Von Herz zu Herz“, alle erschienen bei Ibero-Wien.

## Vorraussetzungen zur Teilnahme

ist normale körperliche und seelische Belastbarkeit. Der Workshop ist als Selbsterfahrung gedacht und ersetzt nicht eine psychotherapeutische Behandlung. Kontraindikationen sind Schwangerschaft, schwere Herz-Kreislauferkrankungen, Epilepsie, Glaukom, schweres Asthma, nach Operationen, schwere Knochen- und Gelenksprobleme, schwere Infektionen.

Ich nehme eigenverantwortlich am Workshop Holotropes Atmen am 21. u. 22. November 2009 teil.

Name: ..... Anschrift: .....

.....

E-Mail: ..... Telefon: .....

Datum/Unterschrift .....