



Aus der Stille  
werden die  
wahrhaft großen  
Dinge geboren  
(Thomas Carlyle)

## Stille – Natur - Atem - Meditation

sechs meditative Tage auf der Hütte in Boden im Lechtal 2022

**Sonntag, 17. Juli, 18.00 Uhr bis  
Samstag, 23. Juli, ca. 10.00 Uhr**

Unbeschwert, leicht und vielseitig sind wir in diesen sechs Tagen nah **am Puls des Lebendigen** und lauschen dem Wunder, das sich im Atem und in der Stille zeigt. **Der Atem** bringt uns ganz ins Hier und Jetzt. **Berge, Bäche, Wiesen**



**und Almen: die wunderschöne Umgebung** von Boden im Lechtal hilft, die Natur zu genießen, uns inspirieren zu lassen und innere Ruhe und Freude zu finden.



### Tägliche Angebote:

- Meditation (dem Universum lauschen)
- Yoga-, Atem- und Energieübungen
- Slow-Motion-Walk
- Stilles Wandern
- Naturbegegnungen
- Gemeinsamer Austausch
- ... und viel Spaß und Freude

**Kursgebühr:** 310.- Euro plus 340.- Euro für 6 Tage einfache Unterkunft im Mehrbettzimmer und vegetarisches Essen

**Anfahrt:** Seminarhaus Boden, Ulrich Heite, A-6647 Pfafflar, Boden 41

Bitte Schlafsack und Handtücher mitbringen

**Anmeldung:** [christinemeyne@web.de](mailto:christinemeyne@web.de) oder ☎: 089 7691658

**Mehr Infos:** [www.atemland.de](http://www.atemland.de)

**Seminarleitung:** Christine Meyne



Atemtherapeutin AFA®, HpG Psychotherapie Psychosomatische und palliative Atemarbeit, Systemische Familienarbeit, Zen Meditation. Seit 15 Jahren Atem- und Psychotherapeutin an verschiedenen Kliniken und auf Palliativstationen Klinikum München Großhadern und München Schwabing