



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 2023

**Sonntag, 16. Juli, 18.00 Uhr bis
Samstag, 22. 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: 320.- Euro plus 350.- 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 oder ☎: 089 7691658

Mehr Infos: 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