Yoga am Montagabend *Einstieg jederzeit möglich!*
Creatives Flow Yoga ist kein neuartiger Yogastil. Er entsteht, während Du übst, aus Deinem Energiefluß, aus Deiner Inspiration heraus.
Ab 8.01.2016, 18.00 - 19.30 Uhr
Roman Westphal, Yogalehrer
Anm.: Tel.: 0173/5776541, E-Mail: info@sein-und-freude.de

Atemmeditation - Offene Gruppe
Bewegtheit und die Lebendigkeit des Atems zulassen und seinem Wesen lauschen. Der Atem ist lebendig, er bewegt und durchströmt, er berührt und weitet, er ist die kosmische Quelle, aus der wir uns in jedem Augenblick nähren. Bewegend, spürend und empfindend werden wir uns der vielen Qualitäten des Atems bewusst und geben ihm die Möglichkeit, sich in uns zu vertiefen und zu entfalten.
Mi 27.1.; 10., 24.2.; 9.3.; 13., 27.4.; 11.5.2016
19.30 – 21.00 Uhr, € 15,00 - Kurt Horz, Atempädagoge
Tel. Anm. erbeten: 089/92792987 oder 0163/2172982

Herz und Seele
In gemeinsamen Atem-Meditationen im Unmittelbaren ankommen und dem Herzen lauschen, dem Kostbaren in uns, dem Lebendigen - der Seele.
So 13.12.2015, 10.00 – 18.00 Uhr, € 100,00
Dieter Mittelsten Scheid, Atemtherapeut, Arzt
Anm.: dieter@locpoci.com, info@atemheilkunst.com

Das Herz atmet - Atem- und Gesprächs-Meditationen
Atem ist Leben. Lebendigkeit ist der Atem des Seins. Seiend finde ich zu mir selbst. Im Wechsel von angeleiteten Atem-Meditationen und aus einem achtsamen Lauschen entspringenden Gesprächen fragen wir nach uns selbst und stellen wir die Frage nach unserem Herzen. Wenn wir mit dem Herzen atmen, wird Essenz spürbar und strahlt. Und das ist Liebe.
Sa/So 5./6.3.2016, Sa 10 – 18, So 10 - 13 Uhr, € 150
Dieter Mittelsten Scheid, Arzt, Atemtherapeut
Anm.: dieter@locpoci.com, info@atemheilkunst.com

Kreatives Singen - Klang-Reisen mit der Stimme
Ein Tag, an dem wir unsere Freude an Tönen, Klängen und Liedern miteinander teilen wollen. Mit Lust am Experiment, ohne Kritik und Ehrgeiz wollen wir unsere natürliche Stimme wiederentdecken. Mit den Klängen Ihrer Tanpura wird uns Batya zum Singen innerer Melodien einladen, die noch nie vorher gesungen wurden. Atem und Stille werden uns immer wieder achtsam werden lassen und in ein Lauschen führen, aus dem unser gemeinsames kreatives Singen entspringt.
Sa 30.1.2016, 10 - 18 Uhr, € 95,00
Batya Schwarz, Atemtherapeutin
Anm.: batya@locpoci.com, info@atemheilkunst.com

Yoga am Donnerstagabend *Einstieg jederzeit möglich!*
Fortlaufendes Yoga mit Petra Bruenagel - Yogalehrerin
Wir lernen klassisches Hatha-Yoga, dabei stehen Leichtigkeit und Freude am praktizieren der Asanas (Körperhaltungen), von Pranayama (Atemübungen) und Meditation im Vordergrund. Durch die gelebte Achtsamkeit während der Yogastunden nähren wir immer tiefer die Wahrnehmung unserer uns innewohnenden Körperintelligenz. Die Yogaübungen werden an die Bedürfnisse der TeilnehmerInnen angepasst
Ab 14.1.2016, 19.00 - 20.30 Einzelstunde € 14.00
Anm.: info@hatha-yogaraum.de mobil: 0151/206 401 92
Yoga am Samstag mit Petra Bruenagel - Yogalehrerin
10.10.; 12.12.2015 10 - 17 Uhr, € 85,00

Medizinisches Qigong
Die Bewegungsübungen des Qigong gehören zu den wichtigsten therapeutischen Verfahren der chinesischen Medizin. Die Kombination aus Vorstellungskraft, natürlichen Atemfluss und meditativer Bewegung fördern Gelassenheit und Lebensfreude. An 8 Abenden werden die KRANICH-Übungen gelernt, die eine beruhigende, ausgleichende Wirkung haben und die Grundbegriffe des Qigong vermittelt.
Ab 13.1.16 jeden 1. & 3. Mi, 19-20:30 Uhr, 8 x € 104, 1 x 15.-
Anm.: Marina Scherf, Heilpraktikerin, Qigong-Lehrerin
Tel.: Tel.089/18953669 marinascherf@web.de

Heil - Heiler - Heilung
Zur Alchemie des Heilens - auch in Zeiten der Umweltvergiftung
Im Vortrag und Seminar stelle ich die grundlegenden Begriffe wie "Mikrokosmos-Makrokosmos-Analogie", Entelechie, Selbst, Bewusstsein und Materie, Form und Information und das immaterielle Informations- und Heilfeld vor. Ferner geht es um die verschiedenen Prozesse und Praktiken des Heilungsgeschehens ("wer heilt hat Recht"), um den Heiler als Archetyp, um das "Dritte der Zwei". Dazu gehört auch das immer aktuelle Thema über die Integrität spiritueller Wege, die Meister, Gurus und auch Menschenfänger anbieten. In der Zukunft wird sich der Fokus auch auf die schleichende Unterminierung der Gesundheit durch Umwelteinflüsse richten. Die Alchemie des Heilens trifft auf die Folgen der synthetischen Chemie!
Vortrag Fr. 30.10., 19 h, **Seminar Sa 31.10.2015,** 10-18 Uhr
Vortrag u. Seminar € 90, Vortrag € 12, Seminar € 90,-
Dr. Rüdiger Müller, Dipl. Psychologe, Heilpraktiker
Anm.: ruediger.mueller-ibach@t-online.de

Chiffren des Lebens
Bewusstsein u. Emotionen, Spiritualität u. Quantenphysik
Die Themen von Vortrag und Seminar: Das erweiterte Konzept von Bewusstsein: "Nichts spricht gegen die Annahme, dass Bewusstsein losgelöst vom Gehirn existieren könnte" (C.G.Jung). Die spannenden Aspekten der Quantenphysik und Quantenphilosophie besagen: "Es gibt keine Materie, sondern nur ein Gewebe von Energien, dem durch intelligenten Geist Form gegeben wurde" (Max Planck). Der Urgrund aller Dinge besteht demnach aus einer unendlichen Symphonie von Schwingungen und Überlagerungen von Schwingungsmustern.
Die Kunst des kreativen und umsichtigen Umgangs mit diesem Meer der Möglichkeiten macht wohl die Weisheit des Herzens aus. "Wie groß ist der Innenraum des Herzens? Er ist kleiner als das kleinste Atom und größer als das Universum". Schaffen wir den Raum dafür!
Vortrag Fr. 8.4., 19 h, **Seminar Sa 9.4.2016**, 10-18 Uhr
Vortrag u. Seminar € 90, Vortrag € 12, Seminar € 90,-
Dr. Rüdiger Müller, Dipl. Psychologe, Heilpraktiker

SEMINARE - Fortsetzung

Palliative Atembehandlung
In diesem Seminar werden wir die vielfältigen Möglichkeiten der palliativen Atembehandlung gemeinsam ausloten und anwenden lernen, ihre Wirkung erfahren und die eigene Stärke und Begabung darin entdecken.
Fr - So 23. -25.10.2015
Fr 17 - 19, Sa 10 - 18, So 10 - 13 Uhr, € 200,00
Christine Meyne, Atemtherapeutin
Mehr Informationen: www.atemland.de
Anm.: Tel.: 089/7691658, E-Mail: christinemeyne@web.de

Atem und Leibwissen
"Die Milz ist die Mutter des Herzens" (aus dem Chinesischen) - "Die Schlüsselbeine sind die Schlüssel zum Tempel Salomos" (aus dem Englischen). Auf dem Atemweg in die inneren Räume wollen wir uns dem Wesen der Organsprache annähern.
Fr - So 27. -29.11.2015
Fr 17 - 19, Sa 10 - 17, So 10 - 13 Uhr, € 180,00
Bettina von Waldthausen, Atemtherapeutin
www.atemtherapie-waldthausen.de E-Mail bewaldt@aol.com
Anm.: Tel.: 089/3617654 oder 0179/1314929

REGELMÄSSIGE TERMINE

1. Sonntag im Monat: Jour Fix
November und Januar (kein Jour Fix), April 2.Sonntag!
Ab 17.30 Uhr, Treffen und Austausch in der Teeküche
Ab 19 Uhr, im Wechsel Vortrag, Film, Lesung, Musik, ...
Unkostenbeitrag 10 €

4. Oktober 2015, Schmerzen behutsam lindern
Einführung und Übungen, Ulla Fischer, Atemtherapeutin

6. Dezember 2015, Einführung in die systemische Familientherapie www.marianne-franke.de
Marianne Franke, Systemische Familientherapeutin

7. Februar 2016, Berührung- ein elementares Bedürfnis und die erste Form der menschlichen Begegnung
Otto Eberl, Atemtherapeut

6. März 2016, Yoga der Derwische
Edith Chancrin, Atemtherapeutin

10. April 2016, Atem und Tod
Christine Meyne, Palliative Atemtherapie, Psychotherapie

1. Mai 2016, Einführung in die Atemmassage
Helga Segatz, Atemtherapeutin

5. Juni 2016, Herta Richters Lieblingsgedichte & Musik
Mica Claus, Atemtherapeutin; Gabriele Engert-Timmermann, Atemtherapeutin und Musikerin

3. Juli 2016, Filmausschnitte mit Herta Richter
Vorgestellt von Ulla Fischer, Atemtherapeutin

3. Sonntag im Monat: Beisammensein in der Stille
18.30 – 20.00 Uhr auf Spendenbasis
Wechselnde AnleiterInnen - Sie werden im Internet angekündigt.

VERANSTALTUNGEN

Heil – Heiler – Heilung, Vortrag
Zur Alchemie des Heilens – auch in Zeiten der Umweltvergiftung
Fr 30.10.2015, 19.00 Uhr, € 12,00
Dr. Rüdiger Müller, Dipl. Psychologe, Heilpraktiker

Wege und Begegnungen
Kurze Geschichten von besonderen Begegnungen auf meinen Reisen, nach Afrika, Indien und Amerika mit Liedern und Musik
So 22.11 2015, 11.00 Uhr
Maxim Purkert, Musiker, Homöopath

Chiffren des Lebens – Vortrag
Bewusstsein u. Emotionen, Spiritualität u. Quantenphysik
Fr 8.4.2016, 19.00 Uhr, € 12,00
Dr. Rüdiger Müller, Dipl. Psychologe, Heilpraktiker

Meditativer Gesprächskreis
Termin wird noch bekannt gegeben - siehe Internet
Sa 20.2.2016, 10 - 17 Uhr, € 10,00
Dieter Mittelsten Scheid, Batya Schwarz Anm.: dieter@locpoci.com

Atemhaus München
Atemheilkunst.e.V.
Werdenfelsstr.16 1. OG
81377 München
Tel.: 089/21964861
E-Mail: info@atemheilkunst.com
www.atemheilkunst.com

Der Verein wird gefördert von der Stiftung Mittelsten Scheid
Fotos und Layout Ulla Fischer Druck: Saxoprint

ATEMHEILKUNST e.V. PROGRAMM 2015/2016