

„Einladung zu einer meditativen Reise“

Weiterbildung in bewegten und körperorientierten Meditationstechniken beginnt ab dem 30.09 bis 02.10.2022 mit dem 1.Seminarblock

Die Weiterbildung in bewegten und körperorientierten Meditationstechniken beginnt ab dem 30.09.2022 mit dem 1.Block

Im Mittelpunkt dieser Weiterbildung steht das Erfahren und Erleben der verschiedenen aktiven Meditationen, die über bewusste Bewegung, aufmerksames Atmen und Wahrnehmen der eignen Körperempfindungen in die Stille und in den Jetzt-Zustand führen.

Mit folgenden Techniken und Themen arbeiten:

- Sanfte, bewegte und kathartische Meditationen, sowie Tanz und Körperwahrnehmungen
- Eigenreflektion von Körperempfindungen, Gedanken und Emotionen
- Eigenverantwortung und Professionalität wahrnehmen und umsetzen
- Anleiten von unterschiedlichen Meditationstechniken
- Sensibilisierung für die Bedeutung gruppendynamischer Prozesse

Durch die Erkenntnisse und Übungen hast du Möglichkeit, deine Innere Haltung zu stärken, den inneren Beobachter zu aktivieren und langfristig Leichtigkeit, Spaß und Tanz in dein Leben zu bringen.

Daten der Ausbildungsblöcke /Superviasionen:

1. Block: 30.09. – 02.10.22, Suvi 05.11.22
2. Block: 16.12. – 18.12.22, Suvi 07.01.23
3. Block: 28.01. – 30.01.23,
4. Block: 10.02. – 12.02.23, Suvi 11.03.23

Die Weiterbildung ist für Anfänger und für bereits aktiv Meditierende geeignet

Bei weiteren Fragen erhältst du ein unverbindliches ein Infogespräch.



Die Leitung

Daniela Rottmann

Systemischer Paar- und Familientherapie in eigener Praxis
Trainerin des LiSA-Lehrinstitutes, SE Practitioner Traumaarbeit nach Peter Levine, Weiterbildung in EMDR, Zertifizierte Meditations- und Achtsamkeitstrainerin, , Langjährige Tätigkeit in der Krisenintervention, Mutter von zwei erwachsenen Kindern