



# MÄNNER - KÖRPER - ATEM

---

Seminar mit Axel Schmidt  
in Kescheid / Westerwald

---

Eingeladen sind Männer aus den Projekten sowie Männer, die die initiatische Körperarbeit kennen lernen wollen. An diesem Wochenende erforschen wir die inneren Körperräume werden durchlässig für das was uns im Inneren bewegt.

Körperliche Lebendigkeit und Spontanität, Ausdruck eines gesunden Organismus, haben wir im Laufe unseres Lebens durch innere und äußere Haltungen ersetzt: wir halten uns zurück, damit nichts vorfällt, wir halten uns raus, um nicht noch einmal reinzufallen. Indem wir uns festhalten, durch muskuläre Anspannung, an mentalen Konzepten, alten Emotionen und Selbstbildern, verlieren wir den Kontakt zum freien und vollem Lebensausdruck. Hinter jeder Haltung steht eine individuelle Erfahrung (Kernverletzung), die uns geprägt hat. Diese schmerzhaften Erfahrungen, sind eine körperlich-seelische Antwort auf Schutz vor frühkindlichen Unsicherheiten und Verletzungen.

In diesem Seminar befreien wir die in den Anspannungen festgehaltene Lebensenergie durch Körperarbeit und Atemenergetik. Die gebundene Lebenskraft kommt frei so das wir mit unserem inneren Wesen wieder in Kontakt kommen. In diesem befreienden Prozess begegnen wir auch den Themen die zu diesen Anspannungen in unserem Körper geführt haben. In diesem Sinne ist der Körper auch als unsere geronnene Lebensgeschichte zu verstehen. Dabei begegnen wir auch dem inneren Kind unseren alten Wunden und Verletzungen. Der Kontakt auf dieser körperlichen Ebene kann eine heilsame Wirkung entfalten. Wir können entdecken das in allen Spannungen und Konflikten eine tiefe essenzielle Kraft verborgen ist.

Wir arbeiten unter anderem mit tiefer Körperarbeit (tiefer Bindegewebsarbeit) Atemenergetik, Bioenergetik, sanften Berührungen, Haltungs- und Bewegungsintegration, Körperbewusstsein, Meditation, Schwitzhütte und der Kraft des Männerkreises.

Wir werden an diesem Wochenende eine Schwitzhütte als Einstieg haben.

Ich freue mich auf das Wiedersehen bzw. Kennenlernen.

Axel Schmidt

Leitung: Axel Schmidt

Schwitzhütte: Michael Krah

Seminargebühr: 200 €

Unterkunft/Verpflegung: ca. 135 €

Verbindliche Anmeldung zum Seminar:  
**MÄNNER – KÖRPER – ATEM**

Termin: \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

Wohnort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

**Rücktrittsbedingungen:**

Musst du deine Teilnahme absagen, tue dies bitte unverzüglich, Teilnehmer von der Warteliste danken es dir. Gibt es keinen der deinen Platz übernimmt, so entstehen folgende Stornokosten: Bis 4 Wochen vor Seminarbeginn beträgt die Bearbeitungsgebühr 25 EUR, bis 2 Wochen vorher 50%, danach ist die ganze Seminargebühr zu zahlen.

Bitte ausfüllen und einsenden an:

ZIPAT-Seminarbüro

Dahlienweg 18 · 53229 Bonn

Fax: 0228 377 27 68 · Tel : 0228 / 377 27 67

Mail: buero@zipat.de · Internet: www.zipat.de