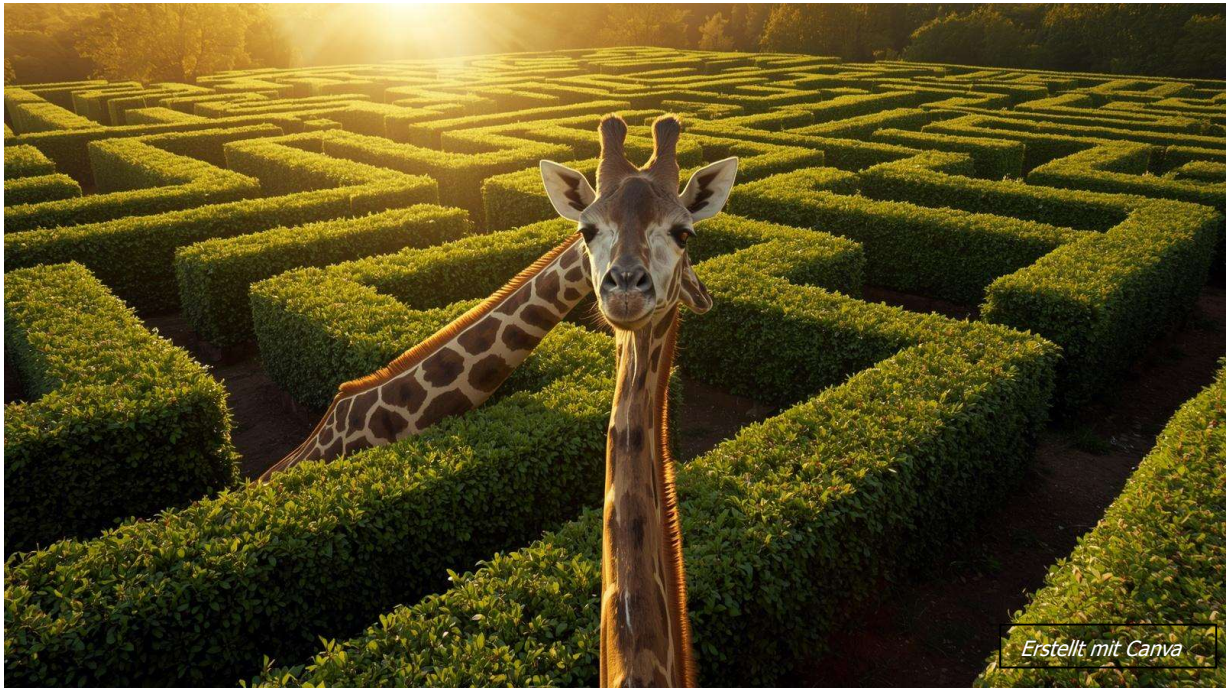


## Seminar - Holotropes Atmen *Festgefahrenes in Bewegung bringen*



Freitag, **14.8.2026**, 16.00 Uhr bis Sonntag, **16.8.2026**, ca. 13.00 Uhr

Für Einsteiger und Atembegeisterte

Early Bird: 325€, ab 15.5.2026: 475€

2 für 1: Kommt zu zweit und bezahlt zusammen nur 475€

**Anmeldungen bis spätestens 12.6.2026**

Fühle, was sich in dir verwirklichen möchte, welches Potenzial in dir steckt. Fühle deine innere Stärke! Erlebe tief berührende Momente, die dich mit dir selbst verbinden.

Wie wäre es, wenn du auf einfache Weise, mit Hilfe deines Atems:

- ♥ Neue Perspektiven zu alten Themen entdeckst und diese in deine Lebensgeschichte integrierst,
- ♥ eine tiefe Verbindung zu deiner Spiritualität aufbaust und dich in deiner inneren Tiefe entspannst, oder
- ♥ aufgrund psychosomatischer Symptome einmal nach innen schauen möchtest.

Wir selbst beschäftigen uns mit diesen Aspekten des Atmens bereits viele Jahre. Heutzutage nennt man diese Methoden „Breathwork“. Für unser Leben sind ganz wunderbare Veränderungen daraus hervorgegangen.

Atme dich in tieferliegende Bewusstseinschichten und bringe Erstarrtes in Bewegung. Nütze altes, durch Erfahrung bewährtes Atemwissen, um in einen erweiterten Bewusstseinszustand einzutreten. Hier sind befreiende Erfahrungen möglich, die das Potenzial haben, dein Selbstbild und deine Einstellung zum Leben grundlegend und nachhaltig zum Positiven zu wandeln und die dich zu größerer innerer Freiheit und Lebensfreude führen können.

**Darauf kannst du dich freuen:**

- ♥ Ein intensives tägliches Programm mit einigen auch längeren Pausen.
- ♥ Paarweise intensive Atemsessions.
- ♥ Wir bereiten dich gut auf deine außerordentlichen Erfahrungen vor und helfen dir, diese zu integrieren.
- ♥ Du wirst von zwei erfahrenen Atemexpertinnen begleitet mit zusammen über 30 Jahren Breathwork Erfahrung.

Dein Atem ist das mächtigste Werkzeug, das du finden kannst, um in deinem Nervensystem und deinem Körper festsitzende oder gespeicherte Emotionen zu lösen. Er hilft, dein Vertrauen in dich und deine Liebe zu dir in einer Weise zu entwickeln, die du bisher nicht für möglich gehalten hast.

Wir sind Martina Wedenik vom Atem- und Meditationszentrum in Villach und Heike Wilken von LifeIsCalling in Reichenfels – zwei einfühlsame, offene Atembegeisterte.

Unsere Mission ist es, dich auf deiner Reise zu größerer innerer Freiheit zu begleiten, um neue Leichtigkeit, Lebendigkeit und Lebensfreude im Alltag zu finden.

**Dabei setzen wir auf:**

- ♥ ein wertschätzendes und empathisches Miteinander
- ♥ eine durchdachte und flexible Gestaltung unserer Seminare und Retreats.
- ♥ mit Bedacht ausgewählte Locations.

**Was uns besonders auszeichnet:**

- ♥ Kleine, exklusive Gruppen: Um individuell auf dich und deine Bedürfnisse eingehen zu können, bieten wir unsere Retreats für maximal 14 Teilnehmer:innen an
- ♥ Integration des Erlebten: Die Integration des Erlebten ist uns ein besonderes Anliegen. Wir unterstützen dich dabei, das Gelernte im Alltag zu verankern.
- ♥ Humorvolle Atmosphäre: Wir bringen viel Erfahrung und Fachkenntnisse mit und vor allem auch Humor. Dein Atemweg zu neuer Lebendigkeit darf auch leicht und fröhlich sein.

Wenn du Fragen hast, melde dich gerne bei uns:

Heike:           0670 60 88 11 6       [www.lifeiscalling.at](http://www.lifeiscalling.at)  
Martina:       0680 30 21 45 1       [www.atemenergie.at](http://www.atemenergie.at)

Wir freuen uns sehr auf dich!