

# Atem und Lebendigkeit

## ein Tag unter Frauen

### Was erwartet dich?

- Sanfte Übungen aus dem körperorientierten Sexualcoaching und bewusstes Atmen laden dich ein, deinen Körper ganzheitlicher wahrzunehmen.
- Das Aktivieren deiner Kraftzentrale im Becken und das Lenken deiner Energie werden dir immer vertrauter.
- Du spürst, dass diese bewusst erzeugte Lebensenergie dir vielfältig zur Verfügung steht. Dein Körper, deine Kreativität, deine Lust und deine Lebensfreude profitieren sehr davon und genießen das neue BewusstSEIN.

Nächste Termine:  
5. Oktober und  
24. November 2024

Die Tage können einzeln gebucht werden.  
Seminarbeitrag von 90 EUR pro Tag

Institut Kama -Benedikt-Schellinger-Gasse 32, 1150 Wien

Schreib uns eine Mail an [b.roecklinger@gmx.at](mailto:b.roecklinger@gmx.at)  
oder ruf uns an unter 0680 1283654

Wir freuen uns auf dich!

Pia Frizberg  
Psychosoziale Beraterin  
Atemlehrerin i.A.  
Verein Atman

Brigitte Röcklinger  
Ausbildung in Körperorientiertem  
Sexualcoaching für Frauen "Jadotor"  
Atemtrainerin i.A.

Elisabeth Raatz  
Zertifizierte Atemtrainerin  
Integrative Atemtherapie  
Verein Atman