

# Gruppe für Frauen

## Integrales Atmen



Integrales Atmen ist ein Abenteuer der Selbsterforschung sowohl im personalen als auch im transpersonalen\* Bereich. Uraltes erlebnisorientiertes Heilarbeiten trifft moderne Bewusstseinsforschung, psychotherapeutisches Verstehen trifft spirituelle Seinserfahrung.

Die Verknüpfung von 'Verbundenem Atem' mit intensiver Musik weckt im Integralen Atmen die Selbstheilungskräfte in uns:

psychische und körperliche Blockierungen lösen sich und lassen unverdaute teils traumatische Lebensereignisse, perinatale\* Erfahrungen, ungereifte Anteile in der Persönlichkeit, transgenerationale, kollektive und transpersonale Prägungen ans Licht kommen und führen sie einer Bearbeitung und Integration durch die wiedererweckten Selbstheilungskräfte zu.

Wir wollen an diesem Wochenende einen besonderen Blick in das Weibliche allen Daseins und in weibliche Formen der Spiritualität werfen und uns im Atmen mit den urweiblichen Kräften des Lebens verbinden, die weibliche Magie und Mystik und damit Trans-Personales unserer Seele wieder-beleben. In dieser Wiederbelebung kann uns kollektives und transpersonales Wissen weiblicher Essenz zuteil werden, das uns hilft, unseren Platz als Frau in der Welt/im Leben mit authentischer Präsenz zu füllen.

Tiefenpsychologisch-dynamisches Verstehen, Körperarbeit, Gestaltarbeit, Mandala-Zeichnen und Gruppengespräche unterstützen den Prozess der Integration.

perinatal = nach Stanislaw Grof: die Bewusstseinsentwicklung während Schwangerschaft und Geburtsprozess.

### Termin:

**17.01.-19.01.2020**

Fr 19<sup>30</sup> - 22<sup>00</sup>, Sa 9<sup>30</sup> - ca. 20<sup>00</sup>,  
So 9<sup>30</sup> - ca. 15<sup>00</sup>

### Leitung:

Dipl.-Psych. Martina Welp,  
mit Assistenz: Anja Harder

### Ort:

Praxis Dipl.-Psych. Martina Welp  
Sprützmoor 117 - 22547 Hamburg

### Kursgebühr:

260,- € je Teilnehmerin

Bei Anmeldung durch die Teilnehmerin und Stornierung innerhalb einer Frist von 21 Tagen vor Beginn der gebuchten Veranstaltung und bei Nichtantreten der Teilnehmerin wird der gesamte Seminarpreis fällig. Es sei denn, eine entsprechende Ersatz-Teilnehmerin wird verbindlich gestellt.

### Mitzubringen sind:

Decke, Augenbinde, Spannbettlaken, leichte Kleidung und Malutensilien.

**Haben Sie noch Fragen? Rufen Sie mich an, oder schicken Sie mir eine E-mail:**

Praxis Martina Welp  
Tel. 040 - 493 885  
martinawelp@gestaltambulanz.de

Psychologische Psychotherapeutin  
**Martina Welp**  
Gruppenpsychotherapeutin  
Körperorientierte Gestalttherapeutin  
Transpersonale Psychotherapeutin

**Anja Harder**  
Psychotherapeutische Heilpraktikerin  
Körperorientierte Gestalttherapeutin

**Rücksendung der  
Anmeldeunterlagen an:**

Dipl.-Psych. Martina Welp  
Sprützmoor 117  
22547 Hamburg-Lurup

www.gestaltambulanz.de  
martinawelp@gestaltambulanz.de

Gerne übersenden wir Ihnen nähere Informationen und die Anmeldeunterlagen per e-mail oder per Post – bitte dazu unbedingt Ihre Postanschrift mitteilen.