

Breema

im Haus Via Cordis, Flüeli-Ranft

Freitagabend – Sonntagmittag,
11. - 13. Mai 2012
19. - 21. Oktober 2012



Immer und überall unterstützt uns das Dasein
(Breema®-Übung)

Was ist Breema?

Die Breema®-Körperarbeit (Partner- und Selbst-Breema-Übungen) wurde von Menschen entwickelt, die eine tiefe Verbindung zu ihrem Körper und zu den Rhythmen der Natur haben. Das Ziel von Breema ist es, Verstand und Körper miteinander in Einklang zu bringen, so dass wir unsere natürliche Vitalität erfahren können.

Die ganzheitlichen und einfachen Prinzipien von Breema sind in jeder der vielfältigen Übungen und Sequenzen enthalten. Die Übungen enthalten sanfte und gleichzeitig bestimmte Dehnungen, nährende Haltepositionen und eine Vielfalt von spielerischen rhythmischen Bewegungen, ohne Zögern, ohne Kraftanwendung, ohne etwas verändern zu wollen.

Sie werden ‚mit dem ganzen Körper‘ ausgeführt. Die einzigartige, beurtteilungsfreie Atmosphäre nährt und belebt sowohl den Praktizierenden als auch den Partner.

Während des Workshops werden wir Selbst-Breema- und Partnerübungen anleiten.



Breema im Haus Via Cordis, Flüeli-Ranft

Die Philosophie von Breema, die neun Prinzipien, die Praxis und das Ziel von Breema passen gut an diesen Ort, der Wirkstätte von Bruder Klaus, der im Flüeli-Ranft als Eremit lebte, bewegt von der tiefen Sehnsucht nach dem „Einig Wesen“ und ins Haus Via Cordis, welches bedeutet Weg zur Mitte des Herzens aus der Mitte des Herzens.

Wir freuen uns sehr, an diesen Wochenenden mittels Breema-Übungen einzutauchen in das Erleben von Bewegung, Berührung und Austausch, um einen Geschmack zu bekommen von Ich bin und offen zu werden, für das Leben und die Verbindung zum Leben.

Leitung: Ruth Aschwanden, verschiedene Aus- und Weiterbildungen im Bereich Körperarbeit, Bewusstsein und Coaching. Breema®-Practitioner und Selbst-Breema®-Lehrerin

Andrea Jost, Aus- und Weiterbildung in Breema-Körperarbeit seit 1996 in Europa und den USA, Breema®-Lehrerin. Ausbildung an der Snowlion Schule für Körperenergiearbeit. Langjährige Tai Chi-Praktizierende.

Termine: 11. - 13. Mai 2012 und/oder 19. - 21. Oktober 2012

Beginn: Freitag, 18.30 Uhr mit dem Nachtessen

Ende: Sonntag, ca. 14.00 Uhr nach dem Mittagessen

Kurszeiten (Änderungen vorbehalten):

Freitag: 20.00 – 21.00 Uhr

Samstag: 09.15 – 10.15 Uhr / 16.00 - 18.00 / 20.00 - 21.00 Uhr

Sonntag: 09.15 – 12.00 Uhr

Einzelbehandlungen nach Wunsch

Kurskosten: Fr. 250.--

(Reduktion auf Anfrage hin)

Unterkunft und Verpflegung für 2 Tage/Nächte:

Einzelzimmer Fr. 196.-- bis Fr. 268.--

Doppelzimmer Fr. 196.-- bis Fr. 234.--



Kursort: Flüeli-Ranft, oberhalb Sachseln/OW

Auskunft/Anmeldung: Ruth Aschwanden, Florastrasse 49, 8610 Uster, Tel. 043 501 01 38 oder 079 621 92 16, info@praesentsein.ch, www.praesentsein.ch, www.breema.com

Andrea Jost, Hofmattstr. 37a, 4950 Huttwil, Tel. 062 962 49 88 oder 078 909 20 81, an-jo@gmx.ch