

Blockaden erkennen, lösen und transformieren

Deine Reise zur inneren Kraftquelle

Aufstellung, Atmung und Yoga



Auszeit nur für Dich.
6 Tage vom 2.–7.Juni 2024
Auf die Seele schauen – im Waldkraft-Resort Vitaleum.

Aufstellung – Körper – Atem

Aufstellungsarbeit ist eine faszinierende Methode, die es uns ermöglicht, die Dynamik unserer inneren Welt und unserer zwischenmenschlichen Beziehungen auf eine tiefere Weise zu verstehen. In dieser Praxis stellen wir symbolisch Personen oder Elemente aus unserem Leben auf, um verborgene Muster, Blockaden und Lösungen sichtbar zu machen. Es ist wie das Puzzlestück, das fehlt, um das Gesamtbild unseres Lebens klarer zu sehen. Mit Aufstellungsarbeit können wir emotionale Knoten entwirren, Klarheit gewinnen und transformative Schritte für persönliches Wachstum und emotionale Heilung finden. Es ist zudem ein einfacher, aber kraftvoller Schritt auf dem Pfad der Spiritualität.

Damit innere Heilung ganzheitlich stattfinden kann, ist es wichtig, auch unseren Körper zu integrieren. Deshalb kombinieren wir unsere Aufstellungsarbeit mit Körper- und Atemarbeit. So bringen wir Klarheit bis in die Tiefe unserer Zellebene.

Ein kleiner Einblick, was dich erwartet

- » Atem- und Yoga-Sequenzen
- » geführte Meditationen
- » Wahrnehmungs- und Achtsamkeitsübungen
- » Aufstellungen mehrmals am Tag
- » Einzelarbeit ohne Mehrkosten
- » Waldbaden/Waldkraft
- » Intuitionsschulung
- » Energiearbeit
- » Zeit für die Seele

Ein kleiner Einblick, was du davon hast

- » Körperliche und mentale Präsenz
- » Spannungslösung
- » Atemwahrnehmung
- » Emotionale Freisetzung
- » Ganzheitliche Heilung
- » Bewusstseinsvertiefung
- » Stressabbau
- » Emotionale Balance
- » Selbstvertrauen
- » Klarheit
- » Verbesserung der zwischenmenschlichen Beziehungen

Zusammenfassend bietet die Kombination aus Aufstellungsarbeit mit Körper- und Atemarbeit eine unverzichtbare Grundlage für persönliches Wachstum und innere Transformation. Das ermöglicht dir, dich auf mehreren Ebenen zu entwickeln und heilsame Veränderungen in deinem Leben zu erfahren. **Begleite uns auf dieser spannenden Reise der Selbstentdeckung und Veränderung!**

Mehr Infos findest Du unter:
www.claudiamariabeltermann.de
www.susanne-oeben.de



Claudia Maria Beltermann

„Aufstellungsarbeit ist für mich ein Tanz mit dem Unsichtbaren, der Glück und Klarheit schenkt. In diesem Raum offenbaren sich verborgene Muster und Potenziale, die uns, trotz unserer Fremdheit, für einen Moment zu Gefährten auf einer Reise machen und uns spüren lässt, das wir ein Teil eines großen Ganzen sind.“

Zertifizierte Systemaufstellerin (DFGS)
Zertifizierter Business-Coach und Team-Coach
(nach EMCC European Mentoring & Coaching Council)



Susanne Oeben

„Schritte vorwärts, ob klein, ob groß, das ist der Weg zu Veränderung, das sind neue Wege. Kein Rückschritt, kein Stillstand, eine klare Übereinkunft mit dir selbst, das ist Entwicklung. Lernst du deinen Körper und dein Atemmuster in seiner Tiefe kennen so lernst du dich selbst kennen.“

Zertifizierter Atemcoach, Buteyko-Atemtraining,
Zertifizierte Yogalehrerin, Yin Yoga, Yoga-Therapie



Markus Kapfer

„Der Weg von der Entwicklung zur Entfaltung und damit zur inneren Kraft ist näher als wir denken. Ich bin immer auf der Suche nach der Ursache. Denn erst wenn wir die Ursache kennen, ist wahre Heilung möglich. Die Kombination aus Aufstellungs- und Körperarbeit ist einer der Schlüssel dabei.“

Zertifizierter Systemaufsteller (DFGS)
Zertifizierter Business-Coach und Team-Coach
(nach EMCC European Mentoring & Coaching Council)