

Termin:

27. – 29./31. März 2020

Beginn: 18 Uhr mit dem Abendessen,
Ende: Sonntag bzw. Dienstag mit
gemeinsamem Mittagessen etwa um
13 Uhr

Seminarort:

Kunst&Kultur Seminarhotel Geras,
Vorstadt 11, 2093 Geras

Tel: 02912 300

Bitte Zimmerreservierung direkt im
Seminarhotel bis 13. März 2020

Seminargebühr (exklusive

Übernachtung): early bird (bis 24. 2.
2020): 5 Tage 500 Euro; 2,5 Tage:
300 Euro; nach dem 24. 2. 2020: 330
bzw. 550 Euro, Anmeldeschluss 13. 3.
2020 (Achtung: danach ist bei
Stornierung keine Rückerstattung der
Kursgebühr mehr möglich)

Infos und Anmeldung:

Dr. Caroline Kunz, Wien,

Tel: 01/369 49 17

caroline@ckunz.at

Bank Austria; BIC: BKAUATWW

IBAN: AT64 1200 0004 7357 8532

Dr. Mag. Elisabeth Pellegrini, Wien,

Tel: 0664/53 121 32

praxis.pellegrini@aon.at

Bank Austria; BIC: BKAUATWW

IBAN: AT37 1100 0119 2650 0700

Mag. Christoph Sulyok, Wien,

Tel: 0681/202 65 600

christoph.sulyok@outlook.com

Bank Austria; BIC: BKAUATWW

IBAN: AT97 1200 0521 1955 7501

Mitzubringen sind:

Bequeme Kleidung, Decke,
Zeichenblock, Wachsmalkreiden,
Spannleintuch, ev. Augenbinde

Voraussetzungen zur Teilnahme:

Normale körperliche und psychische
Belastbarkeit, persönliches Vor-
gespräch.

Gegenanzeigen:

Schwangerschaft, Epilepsie, schwere
Herz-/Kreislauferkrankungen, schwere
Infektionen, schweres Asthma,
Glaukom, psychotische Erkrankungen,
frische Operationen.

Holotropes Atmen

Dieses Seminar ist für Menschen gedacht, die Möglichkeiten zur Erweiterung
ihres Bewusstseins ausprobieren und nutzen möchten, Stress abbauen und
neue Kraft schöpfen wollen.

Hierbei ist eine tiefere Begegnung möglich mit versteckten Ressourcen und
vergessenen Bedürfnissen, hindernden Lebensmustern, (traumatischen)
Lebenserfahrungen und chronischem Leid, vorgeburtlichen und spirituellen
Dimensionen.

Der Prozess des Holotropen Atmens (nach Stanislaw Grof und Sylvester
Walch) wird durchgängig therapeutisch begleitet.

Einstimmung/Vorbereitung: gemeinsame Entspannungsübungen, Meditation
Atemsetzung: beschleunigte, intensive Atmung, begleitet durch evokative
Musik und Körperarbeit

Aufarbeitung: durch intuitives Malen und Nachbesprechung in der Gruppe

Die Teilnahme am Seminar erfolgt eigenverantwortlich.

Als Gruppenselbsterfahrung für das Propädeutikum anrechenbar.

Seminarleitung/TherapeutInnen:



Von links: Pellegrini, Kunz, Sulyok

Caroline Kunz:

Dr. med.; Ärztin für Allgemein- u. Psychotherapeutische Medizin; Supervisorin,
Psychotherapeutin: Integrative Gestalttherapie, Traumatherapie (klinisches
Brainspotting), Systemische Therapie, Transpersonale Psychotherapie und
Atemarbeit (Sylvester Walch); Certified for Holotropic Breathwork (Stan Grof)

Elisabeth Pellegrini:

Dr. med. Mag. phil.; Fachärztin für Psychiatrie u. Psychotherapeutische
Medizin, Kinder- u. Jugendpsychiatrie, Allgemeinmedizin; Supervisorin,
Psychotherapeutin: Psychoanalyse (WKPS), Traumatherapie (EMDR,
Brainspotting, Integral Somatic Psychology), Transpersonale Psychotherapie
und Atemarbeit (S. Walch); Certified for Holotropic Breathwork (Stan Grof)

unter der Assistenz von

Christoph Sulyok:

Mag. rer. nat.; Klinischer und Gesundheitspsychologe, Psychotherapeut:
Katathym Imaginative Psychotherapie; Supervisor und Dozent an der Wiener
Akademie für Klinische Psychologie