



Winter Breathwork RETREAT

25.02.2027 – 28.02.2027

„Atmen. Spüren. Regulieren.“



Drei Nächte im Seminar- und Heilzentrum in Schleching – mit intensiven Breathwork-Sessions und Raum für Erfahrung, Austausch und Integration. Eine Zeit, um Atemarbeit bewusst zu erleben und dich selbst ein Stück näher kennenzulernen.



PACKAGE

Retreatpreis 499 €

Unterkunft ca. 450 €
separat im
Seminarhaus buchbar

Was bekommst du?

- Mehrere geführte Breathwork-Sessions, Atemtechniken, Erfahrung mit Kälte und Raum für Integration in ruhiger Umgebung.

Was bringt dich das weiter?

- Du lernst, deinen Atem bewusster wahrzunehmen und ihn gezielt für mehr Energie, Ruhe und Klarheit im Alltag einzusetzen.

Warum genau hier?

- Weil Erfahrung, persönliche Begleitung und eine kleine Gruppe einen sicheren Rahmen schaffen, um Atemarbeit wirklich zu erleben.

Ort

- Heil- und Seminarzentrum in Schleching – ein Seminarhaus in den Bergen mit Sauna und ruhiger Atmosphäre.

Massagen und weitere Anwendungen können optional hinzugebucht werden.

WEITERE INFOS UNTER:

ZIMMERBUCHUNG: WWW.BEWUSST-LEBEN.DE
RETREAT ANMELDUNG: WWW.INHALE-EXHALE-BREATHING.DE

