

ओम् भूर्भुवह स्वह तत्सवितुर्वरेण्यम् भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नह प्रचोदयात्

Transformative Breathwork Atemreise

mit Moritz Rehmet

So. 12.11.23 10-13.30 Uhr in Freiburg Vauban

Wir verbinden Ecstatic Dance als Auftakt, eine transformative Breathwork Atemreise und unterstützende Körperarbeit durch Craniosacral Therapie sowie Klangheilung mit Kristall- und Tibetischen Klangschalen zur Integration der Reise.

Eine transformative Atemreise mit Moritz Rehmet ist eine aktive Atemmeditation mit Hilfe von dynamischer Musik. Dabei leitet er Dich in einem sicheren und geborgenen Raum durch rhythmischen und intensiven verbundenen Atem tiefer u. tiefer in Deine Erfahrung.

Das Wichtigste: es ist Deine ganz persönliche Reise. Du bestimmst Dein Tempo und Deine Intensität. Es geht darum Dir zu erlauben Dich und Deinen Körper voll und ganz zu spüren und das zu empfangen, was Dein Körper und Deine Seele in diesem Moment brauchen. Vertraue der Weisheit Deines Körpers, sei offen und gib Deinem inneren Kind Raum.

Eine Atemreise hat einen Rhythmus im Wechsel von Phasen der Aktivierung und Phasen der Entspannung. Moritz verwendet spezifische Musik um die 4 Elemente zu aktivieren, emotionale Öffnung und trancehafte Zustände zu fördern. Dadurch kann man in Räume eines veränderten und erweiterten Bewusstseins eintauchen, durch die man z.B. ein tieferes Verständnis von sich Selbst oder auch ein verstärktes Gefühl der Verbundenheit mit dem Leben gewinnen kann.

Erlebe einen tiefen Reinigungsprozess für Körper, Geist und Seele, durch den befreite Energie und Lebenskraft erfahr- und spürbar Dein gesamtes System durchströmen. Alles ordnet und regeneriert sich und die Selbstheilungskräfte Deines Körpers werden aktiviert. Lass Stress, Altes und Ängste los. Löse emotionale, mentale und physische Blockaden. Finde Entspannung und Klarheit. Schaffe Raum für Neues und Inspiration.

Moritz Rehmet ist Heilpraktiker und begleitet Menschen auf ihrem Heilungsweg mit Breathwork Atemtherapie, Craniosacral Therapie, Osteopathie und Klangschalentherapie. Er liebt alles, was in heilende, freudvolle und ekstatische Bewusstseinszustände führen kann. Seien es Breathwork, Craniosacral Therapie, Ecstatic Dance, Singen, Klangschalen, Düfte und ätherische Öle oder Delphine und Wale.

Anmeldung an: info@moritzrehmet.de

Neugierig? Weitere Infos gibt es bei:

Moritz Rehmet, 0761 4296 4026, info@moritzrehmet.de, moritzrehmet.de

ॐ भूर्भुवह स्वहा तत्सवितुर्वरेण्यम् भर्गो देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात्