



13. – 15. MAI 2022

# ATMEN ALS ENTFALTUNGSKRAFT

ATEMSEMINAR IN DER WOHLTUENDEN STILLE UND GESCHÜTZTEN  
ABGESCHIEDENHEIT DES BENEDIKTSHOFS IN MÜNSTER

Eine Veranstaltung des **Atemzentrum Dortmund** - Bildungsinstitut für AFA® - Atemtherapie und Atempädagogik, VAVE®, BV-Atem e.V.

- Ort** Benediktshof, christliche Meditations- und Begegnungsstätte e.V.  
Verth 41, 48157 Münster Handorf, [www.benediktshof.de](http://www.benediktshof.de)
- TeilnehmerInnen** 16, Das Seminar ist für Neu-Einsteiger offen, Sie benötigen keine Vorkenntnisse.
- Seminarleitung** Angelika Hoffmann
- Seminarzeiten** Das Seminar beginnt am Freitag um 17:30 Uhr mit einem gemeinsamen Mittagessen und endet am Sonntag nach dem Mittagessen.

## Atmen als Entfaltungskraft

Gibt es eine ursprüngliche Lebenskraft, welche die Lust zur Entfaltung in uns weckt? Zunächst geht es um die Kunst, unbewusstes Körper- und Atemgeschehen bewusst wahrzunehmen, ohne es dadurch zu stören. So kann die Innenwahrnehmung sich erweitern und vertiefen. Impulse ursprünglicher Lebendigkeit können aufsteigen und die Wahrnehmung für den schöpferischen Moment wachrufen. Wir öffnen uns dem, was sich im Atem entfalten mag. Die Anbindung an den Atem hält den Zugang zur Selbstwahrnehmung offen, wenn wir mit der Stimme arbeiten und in der Bewegung einen persönlichen Ausdruck entstehen lassen.

„Atmen als Entfaltungskraft“ findet im Benediktshof, einer christlichen Meditations- und Begegnungsstätte e.V., in der schönen Natur der Münsteraner Emsauen statt. Der Benediktshof ist ein gewachsener Ort der Stille und Wandlung. Er bietet Raum für Regeneration und spirituelle Orientierung. Neben dem Seminarraum „Plenum“ stehen uns eine voll ausgestattete Gästeküche zur Verfügung. Die Kapelle im Haupthaus und der Raum der Stille in der neu umgebauten Scheune stehen den TeilnehmerInnen offen.

Ein wunderbarer Ort der Stille ist der neu gestaltete „Seelengarten“. Gelegen ist der Benediktshof in einem europäischen Naturreservat, den Emsauen von Münster-Handorf. Die Landschaft lädt ein zu erfrischenden Spaziergängen und vertiefenden Naturerkundungen.

## Verpflegung

Wir bestellen ein vegetarisches Mittagessen. Die Verpflegung mit Frühstück und Abendbrot bereiten wir selbst in der voll ausgestatteten Gästeküche. Um den Einkauf von biologisch-vegetarischen Lebensmitteln kümmert sich Angelika Hoffmann. Mitgebrachte Kuchen sind willkommen.

Freitag	17:30 – 20:00 Uhr
Samstag	9:30 – 12:30, 16:30 – 18:00 Uhr, 20:00 – 21:00 Uhr
Sonntag	9:30 – 12:30

**Teilnehmerbeitrag** 250 € Der Teilnehmerbeitrag beinhaltet die Mietkosten für den schönen Seminarraum und die voll ausgestattete Gästeküche. Atemhocker stehen bereit.

atem  entrum dortmund

PRAXIS & BILDUNGSINSTITUT FÜR ATEMTHERAPIE UND ATEMPÄDAGOGIK

Angelika Hoffmann | Atemtherapeutin AFA® | Atempädagogin AFA® | VAVE® | ATEM - Der Berufsverband e.V.  
Immermannstraße 29 | Depot 44147 Dortmund | Tel. 0231\_88 22 001 | [info@atem-dortmund.de](mailto:info@atem-dortmund.de) | [www.atem-dortmund.de](http://www.atem-dortmund.de)

13. – 15. MAI 2022

# ATMEN ALS ENTFALTUNGSKRAFT

ATEMSEMINAR IN DER WOHLTUENDEN STILLE UND GESCHÜTZTEN  
ABGESCHIEDENHEIT DES BENEDIKTHOFS IN MÜNSTER

## <- ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Seminar  
**Atmen in der Stille – vom 13. – 15. Mai 2022**  
im Benedikthof in Münster an.

Den Teilnehmerbeitrag (250 €, inklusive Miete für den Seminarraum und die voll ausgestattete Gästeküche) überweise ich spätestens 2 Wochen vor Fortbildungsbeginn (29. 04. 2018) auf unten stehendes Konto:

- Angelika Hoffmann
- Bankverbindung: Sparkasse Dortmund
- IBAN: DE15440501990182105813
- BIC: DORTDE33XXX

Die Anmeldung und Zimmerreservierung sollte bis spätestens 25. März 2022 schriftlich eingegangen sein. Ausführliche Informationen zum Ablauf und eine genaue Wegbeschreibung erhalten Sie 2 Wochen vor Beginn der Fortbildung. Bei Rücktritt bis zum 25. März 2018 erheben wir eine Verwaltungspauschale von 50 €. Danach ist eine Erstattung des Teilnahmebeitrags nur möglich, wenn ein Ersatzteilnehmer gestellt wird, oder von der Warteliste nachrücken kann. Die Zimmerkosten sind danach nicht erstattungsfähig

Jede Haftung für Personen und Sachschäden seitens des Veranstalters ist ausgeschlossen.

Ort \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

Tel & Email \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

## <- RESERVIERUNG

Hiermit reserviere ich verbindlich  
folgende Unterbringung  
Bitte streichen Sie das gewünschte Zimmer an.

### Preisliste - Benedikthof

pro Nacht

- Einzelzimmer mit Bad 40,00 €
- Doppelzimmer mit Bad 60,00 €

Die Übernachtungskosten (2 x \_\_\_\_\_ €) überweise ich spätestens 2 Wochen vor Fortbildungsbeginn (29.04.2022) auf unten stehendes Konto:

- Benedikthof
- Bankverbindung: Dahrlehnskasse e.G. Münster
- IBAN: DE60 4006 0265 0013 010400
- BIC: GENODEM1DKM

Vermerk: Übernachtung,  
Atemseminar 13. - 15. Mai. 2022

### Verpflegung

- Hiermit bitte ich um Bestellung eines vegetarischen Mittagessens zum Preis von 2 x 15 € pro Person.  
Außerdem bitte ich um den Einkauf von Lebensmitteln zur Bereitung des Frühstücks und Abendbrots (ca. 20 €).  
Hiermit bestätige ich, dass ich die Kosten für die Verpflegung vor Ort begleiche.

atem **z**entrum dortmund

PRAXIS & BILDUNGSINSTITUT FÜR ATEMTERAPIE UND ATEMPÄDAGOGIK

Angelika Hoffmann | Atemtherapeutin AFA® | Atempädagogin AFA® | VAVE® | ATEM - Der Berufsverband e.V.  
Immermannstraße 29 | Depot 44147 Dortmund | Tel. 0231\_88 22 001 | info@atem-dortmund.de | www.atem-dortmund.de