

KulturBüro Soest
im Kulturhaus Alter Schlachthof e.V.

Ulrichertor 4 | 59494 Soest
Telefon 02921 / 31101
mobil: 0176 62566173
info@kulturbuero-soest.de
www.kulturbuero-soest.de

Steuer-Nr. 343 / 5846 / 0026
Vereinsregister Arnsberg Nr. 70656
Geschäftsführer: Michael Osterhoff



Breathwork Session mit Marco

Bist Du bereit, Dich auf Deinen Atem einzulassen?

Donnerstag, 23. April 2026 | 18:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Kayana - Dein Haus der Begegnung | 59514 Welper, Berwicker Straße 26

Atem als Weg zu innerer Verbundenheit

Bist du bereit, dich auf die Magie deines Atems einzulassen?

Du musst keine besonderen Voraussetzungen mitbringen. Alles, was Du brauchst, ist bereits da.

Conscious Connected Breathwork (bewusste verbundene Atmung) ist eine transformative Atemtechnik, die dir hilft, tief in dein Unterbewusstsein einzutauchen und deine Grenzen deutlich wahrzunehmen: sie hilft dir, besser für dich einzustehen und dir selbst gegenüber ein neues Mitgefühl zu kultivieren. Durch die bewusste Verbindung von Ein- und Ausatmung kommst du in eine wunderbare Verbindung mit dir selbst.

Conscious Connected Breathing (auch „verbundener Atem“) ist eine Atemtechnik, bei der Ein- und Ausatmung ohne Pause fließend miteinander verbunden werden. Durch den bewussten, rhythmischen Atem entsteht ein vertiefter Kontakt zum eigenen Körper, zu Emotionen und inneren Prozessen. Die Methode kann Entspannung fördern, emotionale Blockaden lösen und das Gefühl von Klarheit, Weite und innerer Verbundenheit unterstützen.

Melde dich gerne an!

0172 865 83 23

M.kreul@breathwork-hamm.de

Anmeldung: <https://kalender-soest.de/?dfxpath=/anmeldungen/new/50732?kid=1>

Veranstalter:

Kayana - Dein Haus der Begegnung

Weitere Informationen: <https://dein-kayana.de/breathwork-23-04-2026/>



Breathwork-Session am 23.4.2026 - 18 - 21:30h im kayana
Breathwork - Erfahrung 35 Euro

Bist du bereit,
dich auf die Magie deines
Atems einzulassen?

Du musst keine besonderen Voraussetzungen mitbringen. Alles, was Du brauchst, ist bereits da.
Conscious Connected Breathwork (bewusste verbundene Atmung) ist eine transformative Atemtechnik, die dir hilft, tief in dein Unterbewusstsein einzutauchen und deine Grenzen deutlich wahrzunehmen; sie hilft dir, besser für dich einzustehen und dir selbst gegenüber ein neues Mitgefühl zu kultivieren. Durch die bewusste Verbindung von Ein- und Ausatmung kommst du in eine wunderbare Verbindung mit dir selbst.

Melde dich gerne an!
0172 865 83 23
M.kreul@breathwork-hamm.de

KAYANA | Dein Haus der Begegnung | Böttcherstr. 24 | 59514 Welver