



Meditatives Gehen

**Ausbildung zur therapiebegleitenden Anwendung
26. und 27. Oktober 2013 in Katrinedal | Dänemark**

Meditatives Gehen ist eine wohltuende Erfahrung für Menschen, die lieber in Bewegung meditieren als im stillen Sitzen. Heute verbringen viele Menschen viel Zeit in geschlossenen Räumen und das im Sitzen. Da ist es sinnvoll nach draußen zu gehen und sich zu bewegen. Bei einem bewussten Spaziergang kommen oft schon aus sich selbst heraus Prozesse in Bewegung, wie sie in vielen Meditationsformen gelehrt werden: sich erden, den Geist zur Ruhe bringen, sich entspannen, Konzentration, Aufmerksamkeit und Achtsamkeit.

Dass der meditative Effekt körperliche, psychische und soziale Prozesse fördert, wird seit den 70er Jahren wissenschaftlich untersucht und positiv bewertet. Auch Personen, die sich in Veränderungsprozessen befinden, werden durch Meditation und körperlicher Bewegung nachhaltig unterstützt. Die dafür entwickelten Gehübungen entstanden durch die Beobachtung positiver Verhaltens Entwicklungen bei Teilnehmern, während meiner neunjährigen Praxis mit Gruppen.

Das Ausbildungsangebot wendet sich an Privatpersonen, Psychotherapeuten, Ärzte, Heilpraktiker, Coachs, Berater, Kliniken und Einrichtungen, die für sich selbst oder ihre Klienten, persönlichkeitsentwickelnde und therapiebegleitende Methoden suchen. Die ausgesuchten, meditativen Gehübungen werden bedarfsorientiert durch Theorie und Praxis vermittelt. Teilnehmer die Meditatives Gehen bereits anwenden, können ihre Kompetenz vertiefen. Ziel der Ausbildung ist es, dass Teilnehmer die Übungen im Kontext ihrer therapeutischen Arbeit selbst anleiten können.

Termin: Samstag, den 26. und Sonntag, den 27. Oktober 2013, jeweils von 10:00 bis ca. 16:00

Ort: Naturschutzgebiet Katrinedal bei Silkeborg in Dänemark, ca. 350 km nördlich von Hamburg, Privat- und Seminarhaus Bremer Dahl, 8654 Bryrup Katrinedal, Krude Møllevej 20.

Veranstalter: Dipl. – Ing. Peter Kettling.

Kosten: Gruppenunterricht: 235,00 € inkl. MwSt pro Person, inkl. einfaches Mittagessen, Kaffee, Tee...

Anmeldung: Um Anmeldung bis zum 18. Oktober 2013 wird gebeten. Mit der Anmeldung erhalten Sie eine Wegbeschreibung. Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln bis Bf Horsens. Abholung auf Wunsch.

Übernacht.: Diverse nahegelegene Bed & Breakfast, ab 250 DK (33 €), bitte rechtzeitig selbst buchen. Bei der Buchung ist Ihnen Lotte Bremer Dahl gerne behilflich: Tel 0045 / 75757911 oder 0045 / 28690928

Hinweis: Die Teilnahmebedingungen finden Sie unter www.nemeton.de/kontakt-teilnahmebedingungen.html
Teilnehmer mind. 4 bis max. 12 Personen. Der Unterricht wird in Deutscher und Englischer Sprache gegeben. Meditatives Gehen findet überwiegend draußen und bei jedem Wetter statt. Bitte bequem, warm und dem Wetter entsprechend einkleiden. Herzlich willkommen!



NEMETON Seminare | Peter Kettling | Schönewfelder Straße 100 | D - 21109 Hamburg
Tel +49 (0)40 - 38 655 844 | Fax +49 (0)40 - 38 655 845 | Mobil +49 (0)175 - 279 14 10
E- Mail: info@nemeton.de | Internet: www.meditatives-gehen.de

Inhaltlich Verantwortlich: Peter Kettling, Hamburg. St Id Nr: 5710968367.