

Ich bin – wie ich bin mit Myrta Buschor Eggimann

Leben
Leben ist Veränderung - Leben ist Fluss
Lebe !

vom 14. – 15. Januar 2012 in 9450 Altstätten CH

Organisation und Leitung: Myrta Buschor Eggimann,
Telefon 0041 71 755 65 08
E-Mail: info@yogarheintal.ch



Über mich:

3-jährige Ausbildung zur Bewegungspädagogin BGB:
Körper-, Bewegung- und Rückenschule, Körperwahrnehmung,
Körperlösungsarbeit, Tanz • 3 Jahre Yogaausbildung
2 Jahre Tanztherapieausbildung: Gefühle über den tanzenden Körper
ausdrücken, Arbeit mit dem inneren Kind, Rituale, Meditation, Intuitions- und
Prozessarbeit, Schatten- und Lichtarbeit
1.5 Jahre Prozessbegleitung IBP (Integrative Körperpsychotherapie)
Energiearbeit • Spiraldynamik Basic
Bewegung der Seele (Systemische Aufstellungsarbeit)

Seminarort: ATELIER SAMTOSA, Paula-Mattlestrasse 1, 9450 Altstätten, Schweiz
Datum: Sa 14. Januar 10.00 - 18.30 Uhr, So 15. Januar 09.00 - 16.00 Uhr

Mittagspause: 1,5 Stunden

Kosten: 360.-- sfr.

Bedingungen:

Die Anmeldung für dieses Seminar muss schriftlich erfolgen. Die
Platzreservation erfolgt nach der Überweisung der Seminargebühr auf das
Postkonto 90-54903-3.

Die Teilnahme am Seminar beruht auf gegenseitigem Vertrauen. Die
Teilnehmerin übernimmt die volle Verantwortung für die Teilnahme, ihre
Handlungen und etwaige Folgen. Vom Veranstalter wird keinerlei Haftung
übernommen.

Mit der Anmeldung anerkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Wochenendkurs Ich bin – wie ich bin mit Myrta Buschor Eggimann

Leben
Leben ist Veränderung - Leben ist Fluss
Lebe !

vom 14. – 15. Januar 2012 in 9450 Altstätten CH

Ich bin. Bin ich? Bin ich bei mir, in mir, mit mir?

An diesem Wochenende gibst du
dir selbst Raum. Raum um zu sein, um bei dir
zu sein. Raum, um Inne zu halten, dir Zeit,
Aufmerksamkeit, Geduld, Verständnis, Liebe
und Erkenntnis zu schenken. Das Erkennen von
Bedürfnissen, Verhaltensmuster oder
wiederkehrenden Selbstzerstörungsattacken
sind elementar, genauso wie das Erlernen
wieder zu sich zu kommen. Wir arbeiten mit
dem inneren Kind, dem Schutzstil - dem Überlebensmuster. Du bist auf
Erkenntnissuche über dich, dein Sein und dein Handeln? Erkenntnisse helfen,
sich zu verstehen, zu sich zu stehen und bei sich zu sein. Sichtbar zu sein, für
dich und für dein Umfeld.
Sich finden – Sich zeigen - Sich sein – Sich bleiben. Ich bin – wie ich bin.



Raum, um zu dir zu kommen
Raum, um dich wahrzunehmen
Raum, um dich mitzuteilen
Raum, um dein Innenleben besser kennenzulernen und darüber zu staunen
Raum, um deine Bedürfnisse zu definieren
Raum, um Veränderungen zu wagen
Raum, um dich daran zu erfreuen

Anmeldung für den Wochenendkurs **Ich bin – wie ich bin** mit **Myrta Buschor Eggimann** vom 14.-15. Januar 2012 in Altstätten

Anmeldung bis spätestens 24. Dezember 2011. Vielen Dank.

Name und Vorname

Strasse

PLZ und Ort

Telefon

E – Mail

Anmeldung für das gemeinsame Mittagessen:

Sa So

Im Preis nicht inbegriffen

Datum

Unterschrift

☺ Für Snacks, Obst und Getränke ist gesorgt

ATELIER SAMTOSA, Paula Mattlestrasse 1, 9450 Altstätten CH

Per E-Mail : info@yogarheintal.ch

Als verbindliche Anmeldung gilt die Überweisung der Seminargebühr auf das Postkonto: 90-54903-3, Myrta Buschor Eggimann, 9450 Altstätten

Mit der Anmeldung anerkenne ich die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist eine Herausforderung, in der schnelllebenden, hektischen und kopflastigen Zeit sich selbst zu sein, sich immer wieder zu finden – und bei sich zu bleiben. Jeden Tag wirst du hunderte Male aufgefordert, bei dir zu sein! Selbst Eindrücke von aussen, Musik, Künstliches Licht, Verkehr, Medien, Werbung, neue Erfindungen, neue Technik, neue Produkte sind eine ständige Überflutung. Diese unendliche Geschichte verbraucht Kraft und Energie.



Lerne dich besser kennen und nimm dein Leben selbst in die Hand. Lass es nicht leben - lebe es selbst!

Aus deiner Mitte. Aktiviere deine Energien, um die Herausforderungen in deinem Leben anzunehmen.

Lebe dich - Leben ist Veränderung. Leben ist Fluss. Wir verändern uns, unser Umfeld verändert sich, unser Weg verändert sich. Nichts bleibt, wie es ist. Und doch bin ich – wie ich bin.

Ich freue mich, dich zu begleiten, mit dir dieses Wochenende zu verbringen. Mit Meditation, Reflektion, Visualisieren, Tanz und Bewegung, Schatten- und Lichtarbeit, Austausch, Körperausdruck- und Körperwahrnehmung, möchte ich dich, einem liebevollen Umgehen mir dir selbst, näher bringen.

**wir forschen und entdecken,
singend, tanzend, weinend, lachend
wir tanken Kraft und Energie im Frauenkreis
wir sind in der Stille, im Hier und Jetzt
wir sind in uns, mit unseren aktiven Selbstheilungskräften**



YOGA · ATELIER SAMTOSA
MYRTA BUSCHOR EGGIMANN

Körper- Energie- und Prozessarbeit
Paula-Mattlestrasse 1

9450 Altstätten

☎☎☎ www.samtosa.ch info@yogarheintal.ch
Telefon **071 755 65 08** www.yogarheintal.ch