



# ATEM & MASSAGE

DIE KRAFT VON PRÄSENZ UND RHYTHMUS



27.6. 14:00–19:00  
28.6. 9:00–18:00

## *2-Tages-Workshop am Attersee*

Der Atem -ein zentrales Element in der Körperarbeit.  
Er reguliert das autonome Nervensystem, beeinflusst Muskeltonus, Faszienzustand, Stoffwechsel und emotionale Prozesse.  
Im Fokus dieses Workshops liegt die Atemarbeit und wie diese unsere Arbeit als Masseur bereichern kann.

Durch gemeinsames Ausprobieren und im Arbeiten miteinander, finden wir Antworten auf folgende Fragen:

- Wie nützen wir den Atem gezielt als diagnostisches und unterstützendes Werkzeug?
- Wie können wir unterbewusste Muster erkennen und Veränderungen nachhaltig begleiten?
- Welche Atemtechniken kann ich meinen Patient:innen weitergeben?
- Wie können wir durch Massage die Atemform unserer Patienten verbessern?
- Wie unterstützt mich der Atem dabei, in Kontakt und Präsenz zu bleiben?



Hauptstraße 6  
4863 Seewalchen  
am Attersee



250€ regulär  
210€ ÖAFM-  
Mitglieder

Mit theoretischen Grundlagen, praxisorientierten Übungen, Körperinterventionen und viel Selbsterfahrung, schulen wir unsere Wahrnehmung. Durch das eigene Erleben lassen sich die Inhalte anschließend leichter in den Praxisalltag integrieren.

Ein Workshop für erfahrene Körpertherapeut:innen, die ihre Arbeit ganzheitlich vertiefen möchten.



# PROGRAMM

- 27.6.** 14:00-15:00 Einleitung und Vorstellung
- 15:00-16:00 Atemräume erforschen  
Selbsterfahrung / Praxis
- 16:00-17:00 Grundlagen & Anatomie der Atmung  
Theorie
- 17:00-17:15 Pause
- 17:15-18:00 Buteyko-Atmung  
Selbsterfahrung
- 18:00-19:00 Holografische Atmung  
Praxis
- 
- 28.6.** 9:00-09:45 Quigong  
Selbsterfahrung
- 09:45-10:45 Psycho-Physiologie der Atmung  
Theorie
- 10:45-11:00 Pause
- 11:00-12:30 3D-Atmung in der Praxis  
Selbsterfahrung/Praxis
- 12:30-14:00 Mittagspause
- 14:00-15:00 Körperrythmen und ihre Sprachen  
Selbsterfahrung/Praxis
- 15:00-17:00 Manuelle Atemlenkung nach Prof. Dr. Volkmar Glaser  
Praxis
- 17:00-18:00 Fragen, Beobachtungen, Abschlusskreis.  
Verteilung der Teilnahmebestätigung.



## ANMELDUNG

Online unter [www.evahinterleitner.com/EVENTS](http://www.evahinterleitner.com/EVENTS)

Nähere Informationen gern unter 0660 7193312  
oder Mail: [evahinterleitnerheilmassage@gmail.com](mailto:evahinterleitnerheilmassage@gmail.com)

Bankverbindung: Raiffeisenbank/Eva Hinterleitner  
IBAN: AT61 3463 0000 0444 0657

---

Unterkunft ist separat zu buchen. Parkplätze gibt es  
genügend am Veranstaltungsort.

## REFERENTEN



### **Dr. Gerhard Fürst, Prim. em.**

*Facharzt für Physikalische Medizin und Rehabilitation.  
Arbeitsschwerpunkte: Manuelle Medizin, Neuraltherapie,  
Stoßwellentherapie, gepulste Magnetfeldtherapie (PEMF).  
Psychosomatik, Integrative Atemtherapie und Bodywork.*



### **Eva Hinterleitner**

*Heilmasseurin in eigener Praxis in Timelkam,  
Atembegleitung im Einzel- und Gruppensetting,  
Freitanz-Facilitator und Gründerin von  
"TANZ MIT DIR!"*