

🌀 Energetik und Spiritualität

Atem- und Meditationstraining – Seminarleiter- schein

Meditation ist ein wunderbarer, weltanschaulich neutraler Weg zur Selbstklärung. Die Sammlung auf den eigenen Atem führt uns langsam in eine feinere Selbstwahrnehmung, die wir in der Regel im Alltäglichen nicht spüren.

Indem wir achtsam innehalten, entwickelt sich ein inneres Gewahrsein, in dem wir Empfindungen im Körper, Gefühle und Gedanken liebevoll betrachten lernen. Dieser innere Prozess schafft Raum für tief empfundene Ruhe zur Regeneration. So können verdrängte Belastungen und Konflikte aus der eigenen Lebensgeschichte besser gelöst werden. Es entfaltet sich eine ganz individuelle, emotionale Selbstregulation, die Sicherheit für weiteres Wachstum und Alltagsbewältigung schafft.

Seminarthemen:

- Meditation im Spannungsfeld der Hirnforschung und uralter Weisheit
- Grundlagen der Psychosomatik – wenn die Seele leidet, wird der Körper krank
- Post Achievement Stress
- Körperbeschwerden ohne Befund
- Angst, Depression
- emotionale Selbstregulation
- Konflikt-/Kritikfähigkeit und soziales Engagement
- die Rolle als Anleiter/in – führen, begleiten, erklären, lassen
- Umgang mit schwierigen Situationen und Teilnehmern/innen

Der Kurs richtet sich an alle mit ehrlichem Interesse an Selbsterfahrung, Austausch und Supervision in der Gruppe. Atemmeditation als Übungsweg lässt sich auch gut mit Beratung und Psychotherapie verbinden und erweitert das Praxisportfolio von in diesem Kontext Tätigen.

Termine

Mi, 21.10.2026
10:00–17:00 Uhr
Do, 22.10.2026
10:00–17:00 Uhr
[und 3 mehr](#)

Preis

650,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Augsburg
Oberbürgermeister-Drei-
fuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSH89211026

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 30.04.2026

Dozent

Barto André Skibinski

Nach DML Studium Musik- und Bewegungspädagogik (Rhythmik) an der Hochschule für Musik Trossingen fühlte sich Herr Skibinski, als Ergänzung zu seiner Tätigkeit im Bereich Musikergesundheit und Tanz, zunehmend zu Yoga und Thaimassage hingezogen. 2014 unternahm er erste Bildungsreisen nach Chiang Mai – Thailand und absolvierte dort an der School of Thai Massage – Shivagakomarpaj, die Thai Massage Therapeuten Ausbildung. Er absolvierte eine Ausbildung zum Qigong Lehrer und bildete sich ebenfalls im Bereich der traditionellen chinesischen Medizin (TCM – Akupressur und Ernährungsberatung) sowie in Taijiquan am Shaolin Tempel in Berlin fort. 2016 machte er in Indien die Yoga Lehrer Ausbildung.