

# Atemschule

## Workshop für Atem - Körper - Kommunikation

### BEAUTY / WELLNESS



des „Erfahrbaren Atems“)

„Mein Körper ist Geist und Seele und Atem ist seine Sprache. Ich höre den Ruf mehr zu werden und mehr zu sein.“

(Zitat von Prof. Ilse Middendorf aus Ihrer Lehre

Der Atem ist die authentische Basis unseres wahren Selbst und hat maßgeblichen Anteil an unserem Körperempfinden und Auftreten nach außen. Spüren wir durch unseren (richtig geschulten) Atem innere Ruhe und Gelassenheit, können wir besser unsere eigenen Ressourcen entdecken und unser eigenes Charisma prägen und stärken. Ein bewusster Atem führt zu stabilerem Körperempfinden – damit lassen sich Nervosität und Unsicherheiten überbrücken und unsere Selbstsicherheit erhöhen. Wenn Körper, Geist und Seele im Einklang sind, dann können wir sogar Selbstheilungskräfte erfahren. All dies führt ganz selbstverständlich zu einer besseren und klareren Kommunikation mit Hilfe unserer Stimme und Sprache, aber auch den Körpersignalen, die wir senden. In diesem zweitägigen Seminar bekommen Sie Hilfen, Tipps und Anleitung, Ihren Atem bewusst zu spüren und einzusetzen. Sie entdecken Ihren Körper als tragendes Instrument für Atem und Kommunikation und wie Sie daraus Körpersprache und stimmlichen Ausdruck entfalten.

#### Lehrinhalte:

- Analyse des Atems aus physiologischer und emotionaler Sicht
- Wahrnehmen des Körpers als tragendes Instrument für Atem, Stimme und Kommunikation
- Alle fünf Sinne erleben durch freies Atmen
- Körpersprache als Ausdruck des Atmens
- Kraft und Authentizität des eigenen Atems fördert das Selbstbewusstsein
- Persönlichkeitsfindung und Entfaltung der eigenen Kreativität

Besondere Hinweise: Bitte rutschfeste Socken, Isomatte, Schreibzeug, Text/Gedicht/Liedtext und legere Kleidung mitbringen. Handouts erhalten Sie von der Dozentin.

Dieses Seminar erweitert das Praxisportfolio von Therapeuten/innen, Berater/innen und Anwärter/innen und richtet sich auch an alle, die ihr Körperempfinden neu entdecken wollen.

**Dozent/in Bhajan Noam:** Jg. 1950, Dozent, Buchautor von aktuell 17 Büchern, Atemtherapeut und Atempädagoge (BEAM-Mitglied), Fußreflexzonen-Therapeut, Prana-Yogalehrer mit eigenem Stil, Spiritueller Heiler (DGH-Mitglied), Reiki-Lehrer in direkter Linie nach Mikao Usui. Mit 18 Jahren begann sein Yoga-Weg; Studium an der Kunsthochschule; anthroposophisches Studium am Humboldt-Kolleg. Fünfjähriges Studium zum Atemtherapeuten und Atempädagogen am Ilse Middendorf Institut. Weiterbildungen in Fußreflexzonen-Therapie am Hanne-Marquardt-Institut, Klangtherapie bei Peter Hess, Ernährungslehre an der Reformhaus-Fachakademie, Heilerseminare bei mehreren Lehrern; Reikilehrer-Ausbildung. Schüler des indischen Meisters Osho und von Byron Katie (The Work) runden seine Expertise ab. Seit 35 Jahren ist Herr Noam Dozent und Therapeut.

Termine:

**Fr. 08.05.2026**

16:00-19:00 Uhr

**Sa. 09.05.2026**

09:30-15:00 Uhr

**So. 10.05.2026**

09:30-14:00 Uhr

Preis:

**275,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Friedrichsplatz 8  
34117 Kassel**  
Tel. 0561 - 932 47 47

Seminarnummer:  
**SSH35080526**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

