

# Transformatives Atmen

**Breathwork für  
emotionale Befreiung  
in der Kleingruppe**

**Montag, 08.09.2025 18:00-20:30**

**DaSibillaShop Köln-Frechen**

**Investition: 44 EUR**

Transformatives Atmen ist eine dynamische Form der Atemmeditation bei der wir uns mit dem emotionalen Körper verbinden. Mithilfe von Musik, Körperbewegung und dem aktiviertem Atmen ist es uns möglich in erweiternde Bewusstseinszustände zu gelangen und sich (bereits lange) angestaute Emotionen und Blockaden zu lösen, sodass sich diese nachhaltig & liebevoll im Körper integrieren können und wir wieder zu mehr Balance & Wohlbefinden zurückkehren können.

**Anmeldung über den QR Code**

