

## Sonja Simonovska

Dipl. Lebens- und Sozialberaterin und Atemlehrerin, lebt und arbeitet in Wien.

In ihrer Privatpraxis bietet sie psychologische Beratung, Mind-Clearing Coaching und Einzelatemsitzungen.

*Praxis: Cervantesgasse 5/5, 1140 Wien*

*Handy: 0699 1 990 40 26*

*sonja.simonovska@chello.at*

*www.sonnenaufgang.co.at*

**Djoutala Seydi** stammt aus einer traditionellen schamanischen Familie aus dem Süden Senegals, Casamance, und lebt und arbeitet in Wien. Er bietet schamanische Seminare, schamanische Einzelarbeit und afrikanischen spirituellen Tanz in Österreich an. Außerdem ist er oft Gast in vielen verschiedenen Ländern.

*Handy: 0699 1 828 57 43*

*djoutala@yahoo.com*

*www.afrodance-djoutala.com*

**Laufende Seminare in Österreich und Kroatien unter:**

[www.sonnenaufgang.co.at](http://www.sonnenaufgang.co.at)

Anmeldung Seminare:

[sonnenaufgang\\_info@yahoo.com](mailto:sonnenaufgang_info@yahoo.com)

[www.novy-design.com](http://www.novy-design.com)



*Seminare mit Sonja & Djoutala*

## Integratives Atmen

## Trancearbeit

## Trommeln live



Integratives Atmen dient der Integration von Körper, Geist und Seele. Diese tiefe Form der Selbsterfahrung ist eine Synthese aus alten schamanistischen und spirituellen Techniken und den Erkenntnissen der modernen Psychologie und macht es möglich, alte Wunden zu heilen und die spirituelle Dimension des Seins wiederzuentdecken.

Die Integrative Atemtherapie unterstützt körperliche Heilungsprozesse und hilft bei der Bewältigung von Depressionen und Angststörungen.

Die Besonderheit unserer Seminare besteht darin, dass jede Atemsitzung in Begleitung von Trommeln live stattfindet, was Trancezustände herbeiführt. In einem derartigen Zustand ist es möglich, zum Ursprung der Probleme zu gelangen, welche das Individuum im Alltag belästigen.



[www.novy-design.com](http://www.novy-design.com)

## Die Wirkungen:

- ☀ Aktivierung der körpereigenen Selbstheilungskräfte
- ☀ Auflösung von alten Schmerzen und frühkindlichen Prägungen
- ☀ Loslassen von alten Ängsten und Begrenzungen - Mut zu Neuem
- ☀ Befreiung von alten Glaubensmustern
- ☀ Steigerung des Selbstbewusstseins
- ☀ Entspannung
- ☀ Leichtigkeit im Denken und Leben
- ☀ Verjüngung und mehr Lebensfreude
- ☀ Gefühle von Ekstase und Glückseligkeit