

Atemretreat im Alcantara 7.-10. September 2026



Zwischen den beiden hellgrünen Weiden, am Ende der Allee in Richtung Betrachter, liegt das Haus

Ort

Der Alcantara = Brückenbogen, Fluss mit verheißungsvoll arabischem Namen, verbindet die Berge hinter dem Etna mit dem ionischen Meer zu Füßen des italienischen Stiefels.

In den Hügeln am Unterlauf des Flusses gibt es zwischen der kleinen, ländlich-traditionellen Stadt Francavilla di Sicilia im Tal und Motta Camastra, dem Bergdorf auf hohem Felsen, einige Häuser nahe der Flussebene, angelehnt an die Bergrücken. Dort ist auch die alte Außenstelle eines Klosters. Hier zogen sich die Klostergeistlichen, vielleicht der Abt, zurück vom zwei Kilometer entfernten Kapuzinerkonvent. Hier war auch die kommunale Weinpresse, offen für die Weinbauern aus der Umgebung.

Dorfschule und Dorfbäckerei waren hier sicher untergebracht während der Bombenwürfe der Alliierten im zweiten Weltkrieg.

Das Haus hat noch keinen Namen, in den alten Texten konnte ich bisher keinen finden.

Eine Aufgabe des Ortes schält sich heraus: Ein Ort des Treffens, der gemeinsamen Arbeit am Atem, ein Ort des Austausches zwischen Menschen - ohne Vorgabe, offen, sich der Menschlichkeit verpflichtend. Spirituell, human, respektvoll gegenüber allem Lebendigen und ihm zugewandt.



Vorne



Hinten

Tun

Im Seminar geht es um den Atem als Urbewegung, die uns nach innen und außen mit allem verbindet. Alles zeigt sich im Atem, unsere Gefühle, unser Denken und unser Handeln finden sich wieder in unserem Atemprozess. So wie unser Sein im ständigen Wandel ist, so ist es auch unser Atem. Wandel ist das Wesen alles Lebendigen.

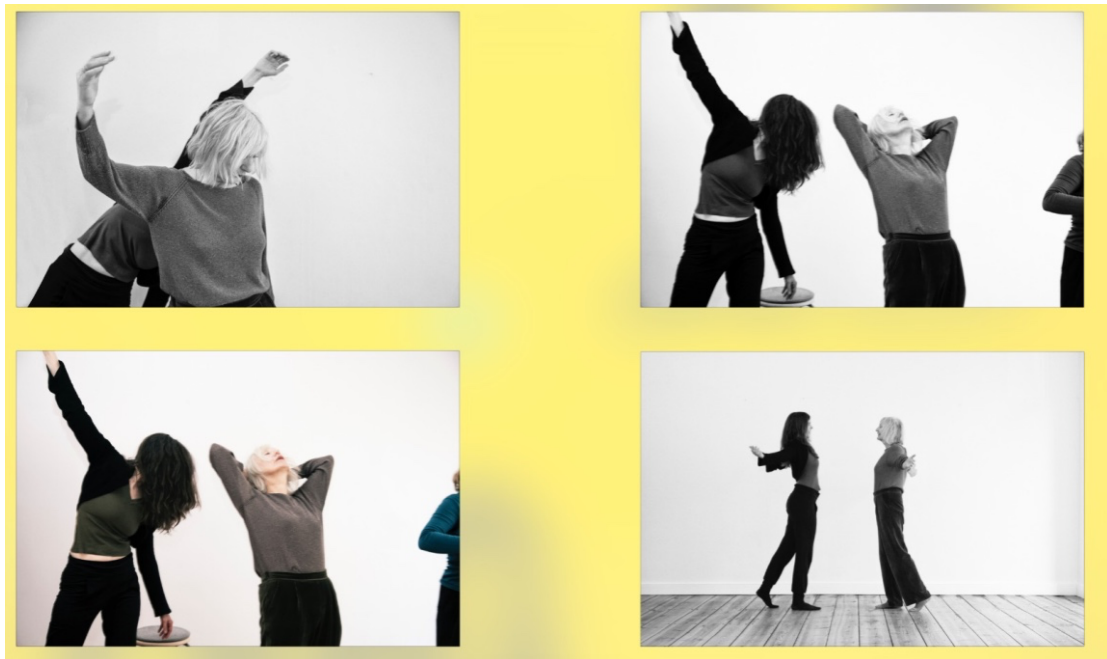
Der Atem verbindet uns mit der Umwelt, der Natur, mit Himmel und Erde. Mit der Hinwendung zu unserem Atem vermag sich Festgehaltenes zu lösen, Atemräume, Vertrauen und Heilwerdung können sich entwickeln.

Wir arbeiten mit Atem und Bewegung, Bewegung aus dem Atem und mit Vokalräumen und Tönen auf der Grundlage des Erfahrbaren Atems nach Ilse Middendorf.

Schrift und Bild können einbezogen werden.

Praktische Arbeit wird ergänzt durch Austausch und Reflexion.

Das Seminar ist offen für alle, die sich dem Atemerleben bewusst zuwenden möchten, mit und ohne Vorerfahrung.



Seminarzeiten

Das Seminar beginnt am Montag, den 7.9.26, es endet am Donnerstag, den 10.9.26.

Seminarzeiten täglich 9.30-12.30 und 15.00-17.00. Je nach Interesse können Einzelbehandlungen, auch am Freitag nach dem Seminar vereinbart werden.

Seminarleitung

Nele Wasmuth, zertifizierte Atemtherapeutin® nach Ilse Middendorf, systemische Ausbildung, gestalt- und kunsttherapeutische Ansätze, langjährige internationale Erfahrung in Projektarbeit, Beratung und Therapie.

www.atemlautbewegung.de

Unterbringung

Das Haus selbst ist von großer Schönheit, sehr alt und etwas unperfekt. Es steht eine kleine Anzahl von Zimmern bereit, die allein oder zu zweit bewohnt werden können. In unmittelbarer Nachbarschaft gibt es eine Zimmer-/Hausvermietung mit Pool und ca. 15 Min zu Fuß entfernt ein Agriturismo, ebenfalls mit Pool. Kontakte auf Anfrage.

Die Teilnehmer:innen können Frühstück und Mittagsimbiss selbst, einzeln oder gemeinsam zubereiten. Es gibt eine große gemeinsame Küche. Einkaufsmöglichkeiten finden sich in Francvilla, etwa 10 Min mit dem Auto entfernt. Auf Wunsch und Kosten der Gruppe kann abends eine Köchin für alle kochen. Essen ist auch im Agriturismo möglich.



Blick vom Grundstück

Anmeldung

Anmeldungen ab jetzt per Email an info@atemplautbewegung.de
Teilnehmerhöchstzahl 12, Seminarkosten 450 EUR. Unterbringung und Verpflegung gehen extra.

GPS Link zur Location auf Anfrage