



Trainingsanforderungen 2026/27

Selbsterfahrung mit dem bewussten Atem - LMP (200 Std.)

Das Basisjahr für das Training zum/zur Integrativen Atemtherapeut/in

Ziel der Ausbildung

- * Alte Verhaltens- und Denkmuster entdecken und auflösen
- * Heilung deiner Beziehungen und friedvolles abschließen mit deiner Vergangenheit
- * Limitierungen loslassen und Ängste in Kraft umwandeln
- * Vom Wunschdenken zum realitätsbezogenen agieren
- * Leben und Handel aus dem Hier und Jetzt
- * Neutralität und Flexibilität: Ein neuer Weg mit dem Leben umzugehen
- * Eine neue Realität in der du kreieren kannst was Du willst, so wie Du es willst.
- * Eine neues Leben voll Selbstakzeptanz, Kraft, Freude....und innerem Frieden.

Anforderungen:

Teilnahme am „Life Mastery“ Programm (200 Std. Theorie und Praxis mit 20 erhaltenen Atemsitzen) o.ä. Programm mit Lehr- bzw. Praxisanteilen über das bewusste Atmen. Angerechnet werden auch Teilnahme an InBreath Atemtrainingsmodulen, anderen mehrtägigen Atem Seminaren, sowie erhaltene Einzelsitzungen. Die Absolvierung dieser oder einer vergleichbaren Selbsterfahrungsausbildung mit Atemarbeit bildet die Grundlage für die Ausbildung zum/zur professionellen Breathworker/in. Bereits abgeschlossene Programme anderer Ausbilder können ebenfalls angerechnet werden, bedürfen aber der Anerkennung durch das Trainer Team.

Zertifikat Integrative Atemtherapie - BMP 1 (200 Std.)

Lerninhalte

Arbeit mit dem verbundenen Atem (verschiedene Techniken), Emotionen, Energie und dem feinstofflichen Körper, Körperarbeit und Bewegungstherapie, Prozess- und Schattenarbeit, psychotherapeutische Hintergründe, transformative Psychologie, das begleitende therapeutische Gespräch, Kraft der Gedanken und bewusstes Kreieren, Visualisations- und Meditationstechniken.

Anforderungen

- 5 mal 4-tägige InBreath Trainingsmodule in Deutschland (200 Std.) bzw. im Ausland. Inhaus Modul (residential) entspricht 40 Std. Ausserhaus Modul (non-residential) entspricht 32 Std.
- Intensives üben im Geben/Nehmen von Atemsitzen während der Module
- Während des Ausbildungsjahres einem der Teilnehmer (nach Absprache mit den Trainern) 10 Atem-Einzelsitzungen geben bzw. erhalten (buddy system). Mit abschliessender schriftlichen Prozessreflektion (min. 2000 Worte).
- Teilnahme an einem Supervisions Programm - individuell gestaltbar.
- Abschlussarbeit (min. 2000 Worte): „Die Auswirkungen meiner Atemsitzen auf meinen eigenen Prozess“

Diplom Integrative Atemtherapie - BMP 2 (200 Std.)

Lerninhalte: Vertiefung des bisher gelernten sowie zusätzliche Werkzeuge

Arbeit mit dem verbundenen Atem, Energie und Emotionen, Körper- und Bewegungstherapie, Prozess- und Schattenarbeit mit Klienten, transformative Psychologie, Voice Dialogue, NLP-Werkzeuge, Regression und „Past Life“-Therapie, Kraft der Gedanken und bewusstes kreieren, Visualisations- und Meditationstechniken.

Anforderungen:

- 5 mal 4-tägige InBreath Trainingsmodule in Deutschland (200 Std.) bzw. im Ausland. Inhaus Modul (residential) entspricht 40 Std. Ausserhaus Modul (non-residential) entspricht 32 Std.
- Intensives üben im Geben/Nehmen von Atemsitzen während der Module
- 3 x je einen Klienten durch 10 Sitzungen begleiten (mit jeweiligem Abschlussbericht und Prozess-reflektion). Bereits auch gegen Bezahlung möglich (mit Hinweis auf Trainingsstatus).
- 10 Einzelsitzungen bei einem Trainer oder Assistenten nehmen, zur Unterstützung des eigenen Prozesses. Damit kann bereits im vorhergehenden Jahr begonnen werden, um terminlichen Probleme vorzubeugen.
- Teilnahme an einem Supervisions Programm - individuell gestaltbar
- Schriftliche Diplomarbeit über ein selbst gewähltes persönliches Interessengebiet im Zusammenhang mit bewusster Atmung, Energie oder Heilung. In Absprache mit dem Trainerteam (min. 4000 Worte).

Zusatzprogramme:

Nach Abschluss des Diplom Trainings besteht die Möglichkeit nach eigener Wahl weiterhin an einzelnen Modulen oder einem Professionalitätsjahr teilzunehmen. Zusätzlich stehen ein

Assistenz Programm sowie ein **InBreath Trainer Programm (Zertifikat)** zur Auswahl. Diese Programme werden jeweils auf die individuellen Teilnehmer und ihre spezifischen Bedürfnisse abgestimmt. Diese Programmen können nach Absprache auch von Teilnehmern anderer Atemtrainings belegt werden (Quereinsteiger Regelung).



InBreath

Heinz Gerd und Lera Lange

Tel: +49 9642 6913 100 _Mob: +49 1520 3547 266

E-mail: gerdlangemain@googlemail.com

www.inbreath.org und www.atem.training