

ATTUNE •

ATTUNE Breathwork Ausbildung 2027 5-monatige Hybrid-Ausbildung mit Präsenz-Modulen in Xanten

ATTUNE ist eine Schule für Menschen, die Breathwork nicht nur anleiten, sondern lernen möchten, echte Räume zu halten.

Für Menschen, die verstehen wollen, wie Transformation entsteht – nicht durch Methoden wie Conscious Connected Breathing allein, sondern durch Präsenz, Beziehung und die Fähigkeit, mit dem Nervensystem zu kommunizieren und zu arbeiten.

Die Ausbildung basiert auf drei zentralen Säulen:

Breathwork – den Atem (& CCB) verstehen, erfahren und professionell begleiten lernen.

Spaceholding – sichere Räume schaffen, Nervensysteme lesen und Menschen durch Prozesse führen.

Verkörperung – die eigene innere Arbeit als Fundament der Begleitung nutzen und die Qualitäten leben, die du später weitergibst.

Über fünf Monate tauchst du tief in die Intelligenz des Atems, die Kunst des Raumhaltens und die somatische Prozessarbeit ein. Dabei entwickelst du ein fundiertes Verständnis von Nervensystem, Trauma und Co-Regulation und lernst, Menschen professionell und sicher in 1:1 Breathwork Sessions zu begleiten.

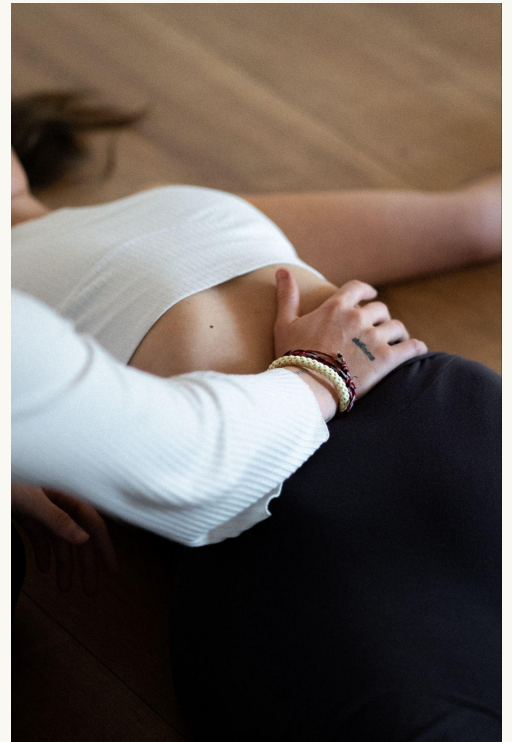
RAHMENPARAMETER

Dauer: 5 Monate, Februar bis Juni 2027 über 200+ Ausbildungsstunden

Format: Hybrid, in einer intimen Ausbildungs-Gruppengröße

- **Offline:** monatliche Präsenz-Blöcke (je 4 Tage, DO bis SO) im Studio *The Space* in Xanten
- **Online:** monatliche Online-Blöcke (je 2 Tage á 5H am Wochenende online via Zoom)
- **Intimer Rahmen:** begrenzte Teilnehmerzahl für echte Tiefe
- **Persönliche Begleitung** zwischen den Modulen via WhatsApp
- **Selbststudium** & Praxisintegration (ca. 30 Stunden)

Optionales Zusatzmodul: Breathwork as a Business





THEORIE UND PRAXIS – INHALTE (Auszug)

Theorie – insbesondere in den Online-Räumen

Nervensystem-Grundlagen, Polyvagal Theory, Atemmechanik, Trauma und Trauma-Sensibilität, Co-Regulation, Emotionen, Spaceholding, Aufbau und Struktur von Sessions, Interventionen im Prozess, Musik und Begleitung des Raumes, Ethik und Verantwortung als Facilitator sowie weitere Grundlagen professioneller Breathwork-Begleitung.

Praxis – insbesondere in den Präsenz-Modulen

Breathwork Journeys, somatische Prozessarbeit, Touchwork und Bodywork, den Körper und das Nervensystem lesen lernen, Nervensystem-Kommunikation, Breathwork Translations, Präsenz und Raumhaltung, Selbsterfahrung, Verkörperung (eigene Prozesse) sowie die praktische Begleitung von Einzelpersonen.

Integration & Anwendung

Regelmäßige Praxis untereinander, Peer-Exchanges, Feedback, Q&As, Supervision, First-Time-Breather Sessions mit Testkund:innen sowie persönliche Begleitung durch die Ausbildungsleitung.

Optionales Zusatzmodul: Breathwork as a Business

(individuell hinzubuchbar)

TERMINE

- **Opening Ceremony:** Samstag, 30. Januar 2027 (10 bis 16 Uhr in Xanten)
 - **Teaching-Wochenenden:**
Online je 9.30 bis 14.30 Uhr – Offline je 9.30 bis 17.30 Uhr
 - **Februar:** 06. – 07. Online & 18. – 21. Präsenz (Xanten)
 - **März:** 06. – 07. Online & 18. – 21. Präsenz (Xanten)
 - **April:** 10. – 11. Online & 22. – 25. Präsenz (Xanten)
 - **Mai:** 08. – 09. Online & 20. – 23. Präsenz (Xanten)
 - **Closing Ceremony:** Offline 29. Mai 2027 (10 bis 16 Uhr in Xanten)
 - **Final Exams** im Juni
 - **Follow-Up & Integration:** 26. Juni 2027 (Online)
 - **Optionales Business-Modul:** 12.–13. Juni 2027 (Online, zubuchbar)
-

BEWERBUNG & KONTAKT

Wenn du Fragen hast, dich für 2027 einbuchen oder ein unverbindliches Kennenlerngespräch vereinbaren möchtest, melde dich sehr gerne.

Sarah Gatzka

WhatsApp: <https://wa.me/4917660020373>

Email: info@sarah-gatzka.com



SARAH GATZKA

