

# Ausbildung (berufsbegleitend)

## Atem- und Körpererfahrung BV-ATEM®

### Auf Grundlage des Erfahrbaren Atems und der Gewaltfreien Kommunikation

Die Ausbildung unterstützt über den Weg der Selbsterfahrung einen Entwicklungsprozess, bei dem der Atem als tragende Basis erfahren werden sowie körperlich-seelische Stabilität wachsen und sich entfalten kann.

### Das erwartet dich:

- Atem- und Bewegungsübungen aus dem erfahrbaren Atem
- Einzelsitzungen im Atem zur Selbsterfahrung
- Grundlagen der Anatomie
- Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation
- Didaktik der Übungsanleitung

### Umfang:

- 10 Wochenend-Module *Atem*
- 2 Module *GFK & Atem*
- 2 *Intensivseminare Atem*
- 10 *Einzelsitzungen*

### Abschluss:

Zertifikat zur Kursleitung

„Atem- und Körpererfahrung BV-ATEM®“



**ATEM**

Der Berufsverband e. V.

**Beginn: 23. – 25. Oktober 2026**

**Sonnenhaus Oberstrahlbach**



Evi Schöllmann

Atemtherapeutin BV-ATEM/Trainerin für GFK

**[www.sonnenhaus-oberstrahlbach.com](http://www.sonnenhaus-oberstrahlbach.com)**

## Anmeldung:

Titel	Datum	Meine Gebühr pro Modul
<b>Atem- und Körpererfahrung BV-Atem</b> auf Grundlage des Erfahrbaren Atems und der Gewaltfreien Kommunikation	Ausbildungsbeginn: Fr 23.10.2026 9:00 Uhr So 25.10.2026 13:00 Uhr Die weiteren Termine werden gemeinsam festgelegt.	<input type="radio"/> Frühbuchung bis 30.06.2026: Atem 260 € (10x)/GFK & Atem 290 € (2x) <input type="radio"/> Regulär 290 €/320 € Separat: Einzelsitzung (10x), Intensivwochenende (1x), Abschluss (1x)
<b>Name, Vorname</b>		
<b>E-Mail</b>		
<b>Tel.</b>		<b>Erreichbar über ... (bitte ankreuzen)</b>
		<input type="radio"/> WhatsApp <input type="radio"/> Signal
<b>Straße</b>	<b>PLZ</b>	<b>Ort</b>
<b>Übernachtung</b> (werden nach Anmeldeeingang berücksichtigt/Anreise Do möglich) - Verpflegung nach Absprache separat möglich		
<input type="radio"/> Einzelzimmer mit Gemeinschaftsdusche pro Modul 80 € <input type="radio"/> Souterrain-Appartement als EZ pro Modul 100 €/als DZ 120 €		

Bitte zurücksenden an: [gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com](mailto:gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com)

Sonnenhaus Oberstrahlbach  
Evi und Sven Schöllmann  
Oberstrahlbach 1b  
91413 Neustadt Aisch



**Sonnenhaus**  
OBERSTRAHLBACH

**ATEM**  
Der Berufsverband e. V.



### Anmeldungsmodalitäten

Diese **Anmeldung** bezieht sich auf den **Gesamtumfang** der Ausbildung inkl. Intensivwochenenden, Einzelbehandlungen und Abschluss. Für die **Intensivseminare** stehen jeweils 3-4 verschiedene Termine zur Auswahl. Diese werden jeweils zu Beginn eines Kalenderjahres bekannt gegeben. Hier bitten wir um **separate Anmeldung** bei Susanne Sorgenfrei. Termine für die **Einzelbehandlungen** bitten wir, **individuell** bei Susanne Sorgenfrei (09536 324/ateminstitut.sorgenfrei@web.de) oder Evi Schöllmann (0176 72830484 - bitte AB nutzen) zu vereinbaren.

### Überweisung der Ausbildungsgebühr

Die Überweisung erbitten wir jeweils nach Abschluss eines Moduls. Dazu erhältst du nach jedem Modul eine Rechnung, die zugleich Nachweis für deine Teilnahme ist. Solltest du an einem Modul leider nicht teilnehmen können, fällt die Modulgebühr dennoch an. Hier bitten wir um dein Verständnis.

### Rücktrittsrecht zur Klarheit aller:

Vielleicht kannst du durch unvorhersehbare Umstände nicht an der Ausbildung teilnehmen. Bis vier Wochen vorher berechnen wir keine Ausfallgebühren. Nach diesem Zeitpunkt heißen wir gerne jemand willkommen, der an deiner Stelle teilnehmen will. Ist dies nicht möglich, berechnen wir bei Absage weniger als vier Wochen vorher 50% der gesamten Ausbildungsgebühr für die Module Atem sowie GFK & Atem. Bei einer späteren Absage bzw. einem Ausstieg während der Ausbildungszeit berechnen wir 70% der verbleibenden Modulsumme. Überlege bitte, ob du zu deiner Sicherheit eine Reiserücktrittsversicherung, die obige Fälle abdeckt, abschließen möchtest.

### Selbstverantwortung:

Ich habe zur Kenntnis genommen, dass die Ausbildung keine medizinische, heilkundliche oder psychotherapeutische Behandlung ersetzt.

Ort, Datum

Unterschrift

**NEU**



Ausbildung

**Atem- und Körpererfahrung**

**BV-Atem®**

auf Grundlage des

**Erfahrbaren Atems**

und der

**Gewaltfreien**

**Kommunikation**



# Ausbildung „Atem- und Körpererfahrung BV-ATEM®“ auf Grundlage des **Erfahrbaren Atems** und der **Gewaltfreien Kommunikation**

Die Ausbildung „Atem- und Körpererfahrung BV-ATEM®“ unterstützt über den Weg der Selbsterfahrung einen Entwicklungsprozess, bei dem der Atem als tragende Basis erfahren werden sowie körperlich-seelische Stabilität wachsen und sich entfalten kann.

Über Atem- und Bewegungsübungen im Sitzen, Stehen, Gehen und Liegen, in Einzel-, Paar- und Gruppenübungen entwickelt sich die Wahrnehmung für den Atem, seine Wirkweisen und Qualitäten, seine Räume und den eigenen authentischen Ausdruck.

Selbsterfahrungen auf der Liege vertiefen das

Empfindungsbewusstsein und die eigene Entwicklung hin zum

Selbst. Wesentlich in der Gewaltfreien Kommunikation (GFK)

sind die Auseinandersetzung mit Gefühlen und Bedürfnissen

und eine empathische wie selbstempathische Haltung fern

allen Urteilens. Atem und GFK wirken in symbiotischer Weise:

Gefühle und Bedürfnisse werden über den Atem leiblich erfahrbar,

leiblich Erfahrenes lässt sich im verbalen Ausdruck fassen und findet Zugang zum

Alltagsbewusstsein. Die Haltung der GFK befördert die empathische und wertfreie

Begegnung mit anderen und trägt zu einer offenen und annehmenden Atmosphäre in

der Gruppe bei. Damit bereitet sie während der Ausbildung auf die Gestaltung von

Übungsgruppen vor. Die Ausbildung schließt mit einem Zertifikat zur Kursleitung „Atem-

und Körpererfahrung BV-ATEM®“ ab und befähigt zur Weitergabe der Atem- und

Bewegungsübungen sowohl in Gruppen wie auch in Einzelsitzungen.



## Inhalte der Ausbildung (Überblick)

- eigene Entwicklungsarbeit
- Atem & Bewegungsarbeit
- Grundlagen der Anatomie
- Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation
- Didaktik der Übungsanleitung



## Ziele der Ausbildung

1. Entwicklung des eigenen Atemleibes:
  - Atemerfahrungen durch Atem- und Bewegungsübungen und Einzelbehandlungen
  - Leib-seelische-Bewusstwerdung über wachsendes Empfindungsbewusstsein
  - Lösung körperlicher wie seelischer Spannungen über den Atem
2. Persönlichkeitsentwicklung durch wachsende Ich-Stärke:
  - Stabilität im eigenen Atemleib erfahren
  - Umgang mit Gefühlen im Atem erlernen
3. Befähigung zur Anleitung von Atem- und Bewegungsübungen

## Abschluss

Zertifikat zur Kursleitung „Atem- und Körpererfahrung“ BV-ATEM®

## Adressat:innen der Ausbildung

- Menschen mit dem Wunsch, die Potentiale des eigenen Atems zu entfalten
- Menschen, auf dem Weg der Persönlichkeitsentwicklung
- Menschen, die die Atemarbeit in ihre bestehenden Arbeitsfelder integrieren möchten z.B. im therapeutischen, medizinischen, sportmedizinischen, pädagogischen, pflegerischen, spirituellen oder kreativen Bereich
- Menschen, die die Atemarbeit für Gruppen oder Einzelpersonen anbieten möchten

## Umfang der Ausbildung

Die pädagogische Ausbildung umfasst inklusive Vorerfahrungen in Atem- und Körperarbeit insgesamt 350 Stunden. Davon werden 80 Stunden (Kurse/Ausbildungen die auch an anderen Instituten erfolgt sein können, Einzelarbeit) vorausgesetzt und in Absprache mit dem Ausbildungsteam anerkannt. Die verbleibenden 270 Stunden finden in 14 Gruppen-Modulen und 10 Einzelsitzungen statt und erstrecken sich über ca. 2 Jahre.

- 10 Wochenend-Module (Fr 9:00 Uhr - So 13:00 Uhr)  
Inhalte: Atem- und Bewegungsübungen,  
Didaktik der Übungsanleitung, Anatomie  
Ort: Sonnenhaus Oberstrahlbach  
Leitung: Evi Schöllmann



- 2 Intensivwochenenden (Fr 19:00 Uhr – So 12:30 Uhr)

Inhalt: Atem- und Bewegungsübungen

Ort: Abtei Maria Frieden Kirchsulletten - Zapfendorf

Leitung: Susanne Sorgenfrei



- 2 Seminar-Module Atem & GFK (Fr 9:00 Uhr - So 12:30 Uhr)

Inhalte: Atem- und Bewegungsübungen, Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation, Gefühle und Bedürfnisse im Atem

Leitung: Evi und Sven Schöllmann

Ort: Sonnenhaus Oberstrahlbach – Oberstrahlbach/Neustadt Aisch



- 10 Einzelbehandlungen

(Termine individuell/davon zwei vor Ausbildungsbeginn)

Ort: Ateminstitut Sorgenfrei Kirchlauter

Therapeutin: Susanne Sorgenfrei

Ort: Sonnenhaus Oberstrahlbach – Therapeutin: Evi Schöllmann (nach Absprache)



- 1 Abschlusstag (Sa 9:00 Uhr – 15:00 Uhr)

Inhalt: Demonstration der Gruppenanleitung, Feiern

Leitung: Evi und Sven Schöllmann

Ort: Sonnenhaus Oberstrahlbach – Oberstrahlbach/Neustadt Aisch

### Abschlussinhalt

Anleitung von Gruppenübungen, schriftliches Kurskonzept zu 6-teiligem Angebot, mündliche Vermittlung eines Anatomie-themas mit Thesenpapier

### Weiterführung der Ausbildung zur Atempädagogin/-therapeutin BV-ATEM®

Um die Atemarbeit therapeutisch anbieten zu können, ist eine Erweiterung der Ausbildung im Umfang von 300 Ausbildungsstunden erforderlich. An unserem Institut findet die Ausbildung zur Atempädagogin/-therapeutin bei entsprechender Nachfrage statt. Die Erweiterung kann ebenso an anderen Ausbildungsinstituten des BV-ATEM angeschlossen werden. Die abgeschlossene Ausbildung zur Kursleitung „Atem- und Körpererfahrung BV-ATEM®“ ist hierfür Voraussetzung.



## Kosten

- Pro Wochenend-Modul (Fr – So):  
290 € / Frühbuchung bis Juni 2026: 260 € (10x)
- Pro Intensivwochenende (Fr-Abend – So): 150 € (2x)
- Pro Modul GFK & Atem (Fr – So): 320 € / Frühbuchung 290 € (2x)
- Einzelbehandlung: 60 € (10x)
- Abschluss-Tag inkl. Abschlussgebühr 150 € (1x)

Wasser, Tee, und Kaffee sind im Seminarpreis enthalten. Im Essraum steht eine Küchenzeile mit Herdplatte, Kühlschrank, Wasserkocher und Spülmaschine zur Verfügung.

Hinweis: Sollten die Kosten eine Teilnahme verhindern, bitten wir darum, mit uns ins Gespräch zu kommen. Die Anmeldung bezieht sich auf den Gesamtumfang der Ausbildung. Die Kosten werden pro Wochenende fällig. Bei einem Rücktritt vom Vertrag während der Ausbildungszeit werden 50% der verbleibenden Kosten fällig.

Übernachtungsmöglichkeiten: Sonnenhaus Oberstrahlbach oder in Neustadt Aisch

Eine Anreise mit dem Zug ist gut möglich. Der Bahnhof Neustadt Aisch/Mitte ist fußläufig in 25 Minuten zu erreichen. Nach Absprache bieten wir für unsere Seminargäste einen Bring- und Abholservice an.

- Souterrain-Wohnung mit Küchenzeile, WC, Dusche, Handtücher, Bettwäsche (als Einzel- oder Doppelzimmer mgl.)  
Kosten pro Seminarzeit: als Einzelzimmer 100 €/ als Doppelzimmer 120 €
- Einzelzimmer mit Gemeinschafts-WC/Dusche  
Kosten pro Seminarzeit: 80 €
- Zelten auf dem Grundstück, Übernachtung im eigenen Camper oder im Seminarraum mit eigenem Schlafsack/Matte mit Zugang zu Gemeinschafts-WC/Dusche mgl.  
Kosten pro Seminarzeit: 15 €
- Hotels in Neustadt 30 Minuten zu Fuß/ 5 Autominuten  
Buchung direkt bei den jeweiligen Hotels (Allee Hotel, Hotel & Restaurant Rizzelli, Nachtquartier u.a)



## Termine:

### **2026: Beginn 23. Oktober – 25. Oktober**

Die Termine für jeweils ein Jahr werden am 1. Wochenende oder zuvor über eine Doodle-Abfrage gemeinsam abgestimmt und festgelegt.

Einzel Sitzungen: Termine nach Vereinbarung

Bereits vor Ausbildungsbeginn kann ein Intensivwochenende bei Susanne Sorgenfrei besucht werden, das zur Ausbildung gezählt werden kann. Ebenso können bis zu vier Einzelbehandlungen bereits vor Ausbildungsbeginn wahrgenommen werden.

## Aufnahme zur Ausbildung

Wir freuen uns auf deine Teilnahme an der Ausbildung. Wir kennen uns noch nicht persönlich? Dann bitten wir um ein gegenseitiges persönliches Kennenlernen. Dies dient der Klärung von Zielen und Erwartungen und ermöglicht die gegenseitige verbindliche Zusage zum gemeinsamen Ausbildungsweg.

## Wir bitten um Kontaktaufnahme und Terminvereinbarung

1. gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com oder 0176-72830484 (Bitte auf AB sprechen)
2. Teilnahme an einem Intensivseminar bei Susanne Sorgenfrei oder einem Atem-Tag bei Evi Schöllmann. Sollten die Termine bereits ausgebucht sein, ist alternativ eine Einzelsitzung auf dem Hocker bei Evi Schöllmann möglich.
3. mind. eine Einzelsitzung auf der Liege bei Susanne Sorgenfrei/ nach Absprache bei Evi Schöllmann



## Ausbildungsorte – Kontakte

- **Ausbildungswochenenden inkl. Anatomie, GFK**

Sonnenhaus Oberstrahlbach

Oberstrahlbach 1b

91413 Neustadt a.d. Aisch

☎ 0176 72830484 (Bitte auf AB sprechen. Ich rufe gerne zurück.)

@ gewaltfrei@sonnenhaus-oberstrahlbach.com

- **Einzelbehandlung**

Ateminstitut Susanne Sorgenfrei

Kirchenstraße 7

96166 Kirchlauter

☎ 09536 324

@ ateminstitut.sorgenfrei@web.de

- **Intensiv-Wochenenden**

Abtei Maria Frieden

Kirchsulletten 30

96199 Zapfendorf

