

Mut Loslassen Kreativität Freiheit Sinnlichkeit  
Leichtigkeit Genuss Lebensfreude Rückzug zu dir  
Visionen finden Inspiration umsetzen



# ATEM**FESTIVAL**

## AATHAL ZH

30. Mai 2026

9 –17 Uhr

RAUM  
FÜR  
DEN



Shed15.ch

# ATEM

# Samstag, 30. Mai 9–17 Uhr, SHED15 events&more Zürichstrasse 15, 8607 Aathal-Seegräben

Ein bewusst gestalteter Tag im Zeichen des Atems.  
Im Zentrum steht der verbundene Atem – eine strukturierte  
Atemtechnik im Liegen, begleitet von Musik.  
Mit gemeinsamer Integration, hochwertigem Essen  
und einem vertiefenden Klangbad.

## ABLAUF

- Ankommen am persönlich reservierten Mattenplatz
- Geführte Atemreise, musikalisch getragen
- Hochwertige, leichte Speisen – vegan und glutenfrei
- Austausch zur Integration
- Vertiefendes Klangbad zum Abschluss

## TEILNAHME

- Teilnahme in stabiler körperlicher und psychischer Verfassung. Die Erfahrung kann emotionale Prozesse auslösen
- Eigenverantwortung ist Voraussetzung.
- Dieses Festival ersetzt keine Therapie und kein medizinisches Setting

## HINWEISE

- Yogamatten liegen bereit.
- Zusätzliche Decke oder Polsterung bitte selbst mitbringen (ausser VIP Plus\*.)
- Warme, bequeme Kleidung empfohlen  
Anmeldung verbindlich. Keine Rückerstattung bei Verhinderung – Übertragung an Ersatzperson möglich. Rückerstattung nur bei Absage durch den Veranstalter.



**Sichere Dir jetzt Deinen Platz und hole dir noch heute  
Dein Ticket auf [eventfrog.ch](https://www.eventfrog.ch)  
Wir freuen uns auf Dich!**



Brigitta

Peter

Nancy

Katharina

Sibylle

Martin

Susanne

Iris

Annemarie Karin

Katja