InBreath Warmwasser Trainer Ausbildung

Geburt und der erste Atemzug ist dein erster autonomer Akt

Das Thema Geburt zieht sich durch alle deine Lebensmuster und betrifft auch alle möglichen Lebenssituation. Du stehst auf, du gehst aus dem Haus, du verreist, du ziehst um, fängst etwas Neues an etc. Jeder dieser Vorgänge, wie es Dir damit geht und welche Prozesse Du dabei durchläufst hat mit deiner Geburt bzw. deinen Geburtsmustern zu tun, und beeinflusst die meisten deiner Entscheidungen im Leben.



Da dieses Thema für jedermann relevant und zentral im Leben ist, haben wir uns entschlossen, eine spezielle **Warmwasser/Geburt Intensiv-ausbildung** anzubieten. Themen der Ausbildung spannen sich über Geburtsmuster und ihr Effekt auf dein Leben, verschiedene Arten und Techniken der Warmwasseratemarbeit, Atemarbeit mit spezifischen Temperaturen, transpersonelle Geburtspsychologie, mögliche prä- und perinatale Geburtstraumen und ihre Aufarbeitung, der verlorene Zwilling, Gruppenprozesse im warmen Wasser, ekstatische Geburt und vieles mehr.

Warum ist Geburt so wichtig?

Für ein Baby im Mutterleib signalisiert jedes Lächeln, jede Freude und Inspiration, die die Mutter empfindet, dass die Welt da draussen es wert ist, sich auf sie einzulassen, dass es sicher ist, sich für Wachstum, Vertrauen und Ausdehnung zu entscheiden (im Gegensatz zu Angst, Anspannung und Schutz). Innere Ruhe, Liebe, Freude, Wachstum und Heilung erfordern das Wirken von Oxytocin, einem Hormon und Neurotransmitter - und seinen verwandten Hormonen - in unserem Organismus.



Adrenalin und Oxytocin sind jedoch antagonistisch. Mangelnde Freude, Niedergeschlagenheit und chronischer Stress während der Schwangerschaft berauben Mutter und Baby dieser notwendige Entwicklung. Das hat auch transpersönliche Auswirkungen. Der spirituelle Meister Omraam betonte, dass die menschliche Gesellschaft auch unter den besten politischen und wirtschaftlichen Bedingungen nicht gedeihen wird, wenn die grosse Bedeutung des vorgeburtlichen Lebens nicht berücksichtigt wird. So erfordern beispielsweise die spezifischen Gehirnbereiche für Mitgefühl und Empathie harmonische Bedingungen für ihre optimale Entwicklung, dasselbe gilt für Widerstandsfähigkeit, Aufmerksamkeit und Selbstbeherrschung.

Gewalt während des Geburtsprozesses programmiert Gewaltbereitschaft in das Individuum statt Friede und Freude. Deshalb ist es so wichtig das persönliche Geburtstrauma zu heilen. Dadurch entsteht innerer Friede sowie neue Lebensmöglichkeiten und hat enorme gesellschaftliche Auswirkungen.

Für wen ist diese Training geeignet?

Das Training ist offen für atemerfahrene Menschen, die interessiert sind, ihr Geburtsthema tiefer zu durchleuchten und zu heilen. Über dieses intensive Trainingszeit hast du die Chance, Geburtsmuster und Lebensthemen aufzulösen und bewusste neue Impulse zu setzen. Das erlaubt tiefgreifende Veränderungen in deinem Leben und setzt ungeahntes, neues Potenzial frei.



Die Ausbildung ist aber speziell konzipiert für Atem- und Körpertherapeuten zur Einarbeitung bzw. Vertiefung in diese Themen, sowie für Atemtrainer und Seminarleiter zur Fortbildung um alles wichtige zu lernen Menschen in diesen tief gehenden Prozessen professionell und effektiv begleiten zu können.

Wir haben dafür im Atemhaus Hubertushof Deutschlands modernstes Warmwasserbecken eingerichtet, speziell konzipiert für das Warmwasser atmen. Hier kannst du ohne Chemie in spezifischen Temperaturen atmen, die etwas höher sind als die, die “normale” Hebammenbecken leisten können. Das unterstützt speziell die Aufarbeitung von Geburtstraumen bzw. -themen und ermöglicht ekstatische Geburtsneuschreibung.

Während des Seminars wirst Du liebevoll und professionell von Heinz Gerd und Lera Lange begleitet, beide erfahrenen Atemtherapeuten, die bereits seit Jahrzehnten mit Warmwasseratmen arbeiten.

Was erwartet Dich:

Themen die wir während des Trainings beleuchten:

Warmwasser & Technisches

1. Verschiedene Arten der WW Arbeit:
   - Bauchlage und Schnorchel: 1x1; 1x2; 1x Gruppe. Eng (mehrere Gruppen im WW)
   - Rückenlage: 1x1, 1x2; alleine
   - Verschieden Körperhaltungen der Klienten
2. Verschiedene Temperaturen im WW (38, 39, 41).
3. WW: Aktivierend; Integrierend
4. Einstieg ins Wasser, Ausstieg aus dem Wasser
5. Dauer im Wasser
6. Umgang mit Widerstand
7. Extremfälle und mögliche Komplikationen (im Wasser und danach)
8. WW Hygiene und Zusatzwerkzeuge
9. Klang und Musik





Anatomie und Geburtspraxis

10. Entwicklung vom Samen bis zur Geburt
11. Geburtsanatomie
    Verschiedene Geburtsarten und Filme, etc.
12. Geburt im WW (Hebammen, Australien, Russland, Auswirkungen)
13. Geburtskanal + Integration in WW
14. Im Kreissaal - Werkzeuge
15. Die chemische Seite der Geburt

Theorie & Psychologie

16. Entwicklung der bewussten Geburt: Leboyer, Verny, Odin, Grof;
17. BPM's; COEX
18. Geburtspsychopathologie
19. Prägende pränatale Traumen - während der Schwangerschaft z.B. toxische Gebärmutter, Zellteilung, verlorener Zwilling, versuchte Abtreibung;
20. Prägende perinatale Traumen - kurz vor, während und kurz nach der Entbindung - Umfeld, Nabelschnur, Placenta trauma, LOTUS Geburt
21. Geburt und Bindungsverhalten
22. Einfluss der Geburt auf die Gesellschaft und die Sozialkompetenz Einzelner

Psychotherapie

23. Einfluss der Geburt auf verschiedene Lebensthemen
24. Die emotionale Seite der Geburt
25. Bewusste Empfängnis - ein Schlüsselereignis
26. Reprogrammierung Geburt und Ecstatic Birth
27. Arbeit mit Affirmationen im Kontext Geburt und WW
28. Einfluss Mutter / Einfluss Vater…und was sie mitbringen
29. Thematik: Körper, Scham (nackt/bekleidet), Intimität, Sexualität, Selbstwert und Grenzen



Seele, Energieanatomie und Spirituelles

…und vieles mehr

Ablauf des Trainings:

12 Trainingstage,
120 Stunden Theorie und Praxis,
10 WW Sitzungen nehmen und geben,
3 Gruppen Atemsitzungen

Buchempfehlungen:

Die sanfte Geburt von Michel Odin
Geburt ohne Gewalt von Frédérick Leboyer

Teilnahme an einem Basis- und Einstiegsmodul ist die Grundvorraussetzungen für die weitere Teilnahmen an den anderen Modulen des Warmwasser/Geburt Intensiv Trainings (geschlossene Gruppe). Die Ausbildungsgruppe ist begrenzt auf 12 Teilnehmer (bei mehr Interesse Warteliste). Deine Anmeldung ist verpflichtend für die gesamte Kursteilnahme. Anmeldung erst verbindlich nach Anzahlung.



Abschluss WW Training Zertifikat:

Erfordert Teilnahme an allen Trainingseinheiten, und schriftlicher Abschluss Arbeit (min. 2000 Worte). Thema z.B. “Meine Warmwasser Atemprozesse und Erkenntnisse - ein Rückblick” oder mehr generell “Geburt und die Warmwasser Atemarbeit”.

Termine WW Ausbildung 2027 - Geburt und ihre Auswirkungen

Modul 1: 4 Tage	Basis bzw. Einstiegs Seminar	17 - 20. 12. 2026
Modul 2: 4 Tage	geschlossen Ausbildungsgruppe	18. - 21. 02. 2027
Modul 3: 4 Tage	Abschlussmodul	20. - 23. 05. 2027

Ablauf der Module

Ankunft: Bereits am Abend Vortag möglich, aber nicht verpflichtend
1. Tag Beginn 10.00
Ankommen, Sharing, Intro Thema und Theorieteile. Gruppen Atmen, Sharing.
2. - 4. Tag
Sharing, kurze Theorieteile, Warmwassersitzungen in verschiedenem Kontext, Partnerarbeit
Abreise: Tag 4. 16.00 Uhr,
Verlängerung um eine Nacht ist möglich

Tagesablauf:

Frühstück	9.00 - 10.00
Mittagessen (1,5 Std.)	13.00 -14.30
Mittagessen WW Tage	12.00 - 17.00
Sharing	19.00 - 20.00
Abendessen	20.00

Mitzubringen sind:
Bademantel, Schnorchel, Nasenclip, Hausschuhe, Badeschlappen, 2 grosse Badetücher und alles andere was Du sonst brauchst um Dich wohl zu fühlen





Veranstaltungsort:

Atemhaus Hubertushof,
Poppenberg 5,
95505 Immenreuth (Nähe Bayreuth)

https://www.atemhaus-hubertushof.de

Kosten

- Trainingstag mit WW Zuschlag = 175€/Tag x 12 Tage = 2100€
- Kost und Logie: Vegetarische Gourmet Vollverpflegung und Unterbringung im DZ mit Dusche, WC und Balkon: Studenten Sonderpreis = 55€ pP/Tag x 12 Tage + 3 x 10€ = € 690€
- Modul Gesamtpreis (4 Tage): Training & Kost und Logie (DZ) = 930€
- Komplettpreis WW-training: 2790€.
  Teilzahlung pro Modul möglich nach Absprache
- Sonder Rabatt für Komplettpreis Sofortzahlung: 190€ (= 2600€)
- Paar Rabatt: einmalig 150€ pro Paar
- Einzelzimmerzuschlag (Nach Möglichkeit) Studenten Sonderpreis 20€/Tag
- Sonderdiätenzuschlag: 12€/Tag. Voranmeldung spätestens eine Woche vor Beginn.
- Teilnehmer die unsere WW Ausbildung bereits komplett abgeschlossen haben erhalten 50% Ermässigung auf die Kursgebühr bei einer Wiederteilnahme.

Stornobedingungen:

Bei Abmeldung bis 4 Wochen vor Trainingsbeginn Modul 1 erhältst Du den eingezahlten Betrag zurück, abzüglich einer einmaligen Bearbeitungsgebühr von €50pP. Bei einer späteren Abmeldung wird der ganze Kursbetrag fällig, außer ein anderer Teilnehmer übernimmt deinen Platz.

Das 2. und 3. Modul müssen nach dem 1. Modul verbindlich zusammen gebucht werden. Bei Abmeldung bis 4 Wochen vor Trainingsbeginn erhältst Du den eingezahlten Betrag zurück, abzüglich einer einmaligen Bearbeitungsgebühr von €200pP. Bei einer späteren Abmeldung wird der ganze Kursbetrag fällig, außer ein anderer Teilnehmer übernimmt deinen Platz.

Anmeldung:

über **gerdlangemain@googlemail.com** oder 09642 6913100. Verbindliche Anmeldung erst nach Anzahlung (€150 bzw. €500) oder Vollpreisüberweisung (je nach Abmachung) an Heinz Gerd Lange, RaiBa Dachau. IBAN: DE27700915000003085597. Teilnehmeranzahl begrenzt, deshalb bitte frühzeitig anmelden! Mehr Information über das weiter Trainingsangebot auf **www.lifemastery.info** und **www.inbreath.org.**



Deine Trainer:

Heinz Gerd Lange: Seit über 30 Jahren internationaler Seminarleiter und Trainer für Integrative Atemarbeit. Fokus auf bewusste Selbstentfaltung und erneuerte Gedankenstrukturen durch die Arbeit mit dem Inneren Kind, Familiendynamik, Voice Dialog, NLP, Tantra sowie Körper- und Energiearbeit. Ausbildungen in 7 verschiedenen Schulen für das bewusste Atmen. Warmwasser Atemerfahrung seit 1994. 1998-2008 WW-facilitator mit eigenem WW-Becken in England. “Ecstatic Birth” WW-Training mit Binnie Dansby und anderen international bekannten Trainern. WW-facilitator auf verschiedenen Atemkonferenzen.

Lera Lange: Seit über 20 Jahren internationaler Atemlehrerin und -trainerin, Energieheilerin mit tiefen schamanische Wurzeln. Herzwegbegleiter und Auraheilerin. Intuitiv, empathisch, hellsichtig und herzverbunden! Herz und Seele dieses Trainings

Was unsere Teilnehmer sagen:

Vielen Dank für ein wunderbares Seminar und die tolle Atemarbeit. Ich fühle mich wunderbar seither. Natasza

Nochmals Danke für das fantastische Seminar. Ich bin immer noch dabei alles zu verarbeiten und umzusetzen. Danke für eure wundervolle Arbeit. Danke der Atemarbeit! Ich freue mich jetzt schon auf das nächste Mal. Patrizia

Die warmherzige Offenheit, mit der ihr uns und viele andere bei euch aufnehmt und begleitet das tut unglaublich gut, das zu erfahren! Von Herzen vielen Dank für euer Wirken und euer Sein! Dietrich

Vielen Dank für das berührende Wochenende. Es war so schön und ihr beide seid so voller Hingabe beim arbeiten… wirklich ganz berührend zuzuschauen. Alles andere lässt sich eh nicht in Worte fassen. Renata

Was mir ganz besonders an Eurer Arbeit gefällt: Das Zusammenspiel von Wissenschaft und Spiritualität. Das schätze ich ganz besonders. Und ich finde es hochspannend!!! Petra

Ein Riesen „Danke Schön“ für all Eure Liebe, Unterstützung und Freigiebigkeit. Ich fühle mich wie transformiert seit ich am Kurs teilgenommen habe. Manuela

Ihr beide habt mir genau die Unterstützung gegeben die ich brauchte um durch jeden Schritt des Prozesses gehen zu können. Vielen Dank dafür. Seitdem fühle ich mich viel mehr „bei mir“ und in meiner Kraft gegenüber meiner Familie. Ausserdem fühle ich mich auch mehr in meinen Möglichkeiten eine positive Wirkung auf die Menschen in meiner Umgebung zu haben. Selbst wenn diese so wie immer reagieren hilft mir das gelernte mich viel leichter von ihren Negativitäten zu lösen. Jessica

Termine WW Ausbildung 2027 - Geburt und ihre Auswirkungen

Modul 1: 4 Tage	Basis bzw. Einstiegs Seminar	16 - 19. 12. 2027
Modul 2: 4 Tage	geschlossen Ausbildungsgruppe	24. - 27. 02. 2028
Modul 3: 4 Tage	Abschlussmodul	11. - 14. 05.. 2028

InBreath
Tel: +49 9642 6913 100 Mob: +49 1520 3547 266
E-mail: gerdlangemain@googlemail.com
www.inbreath.org und www.lifemasteryprogram.info