



Your Breath Tree

Breathwork Teacher Training



SEPTEMBER 2023 – MAI 2024

Willkommen, wundervolle Seele!

Das Bewusste Verbundene Atmen

Ein Lehrgang in 9 Modulen

ONLINE UND IN PERSONA / DEUTSCH



Ich freue mich, dass du dich für das Breathwork Teacher Training 2023/24 interessierst, und ich möchte dich in der Your Breath Tree - Family begrüßen!

Warum das Breathwork Training mit Your Breath Tree?

Mir ist es ein Herzensanliegen, Breathwork möglichst vielen Menschen zugänglich zu machen, ihr Herz zu berühren und somit Transformation zu ermöglichen. Daher habe ich 2021 den Lehrgang Breathwork Teacher Training kreiert. Vielleicht ist es auch DIR wichtig, ein Werkzeug zu besitzen, mit dem du dich selbst, und in Zukunft auch andere Menschen im persönlichen Prozess halten und unterstützen kannst!

Breathwork ist eine an Wichtigkeit wachsende Modalität, was einfach dadurch zu erklären ist, dass die Bewusste Atmung eine ausserordentlich kraftvolle Wirkung besitzt. So wird in unserer heute atemlosen Zeit immer mehr auf die heilende Kraft des Atems gesetzt, und du kannst als Zertifizierter Breathwork Facilitator von Your Breath Tree mit fundiertem Wissen und somit Vertrauen in das Bewusste Atmen es selber praktizieren und/oder weitergeben.

Was macht die Ausbildung bei Your Breath Tree besonders?

Your Breath Tree ist ein 400 Stunden abdeckender, fundierter, 9-monatiger Lehrgang mit Online-Modulen, sowie zwei intensiven Lerneinheiten in persona, welche garantieren, dass die Atemarbeit in der Theorie verstanden und in der Praxis professionell ausgeübt werden kann. Der Lehrgang erfüllt alle Bedingungen zur Zertifizierung durch die Global Professional Breathwork Alliance (GPBA), dem weltweit führenden Verband professioneller Breathworker.

**In neun Monaten zum Breathwork Facilitator -
Deine Transformation und Wiedergeburt!**

Wir sind uns dessen bewusst, dass du nur das weitergeben kannst, was du selber erfahren hast. So wird die Zeit mit Your Breath Tree dich in deinen eigenen persönlichen Prozess führen, damit du aus deinen schwierigsten Herausforderungen, deine grössten Gaben und Chancen ziehen kannst.



Wenn du dich gerufen fühlst, melde dich über das Anmeldeformular an:

<https://form.jotform.com/220441579557866>

SPARE FAST CHF 1'000 BEI BUCHUNG BIS ZUM 31. MAI 2023.

So sieht unser Programm für die 9 Monate aus

16 ONLINE KLASSEN À 3 STD / VIER INTENSIV-TAGE IN PERSONA / 5 TAGE BREATH CAMP

MODUL 1 - EINFÜHRUNG INS BREATHWORK

Klasse 1: Co-Commitments / Zentrierung-Verwurzelung / Beginn Persönlicher Prozess

CHAKRA 1

Klasse 2: Geschichte des Breathworks / Felt-Sense-Meditation / Anatomie&Physiologie I

MODUL 2 - LEITEN VON SESSIONS (MIT GUEST SPEAKER)

Klasse 3: Frame / Finde die richtigen Worte / Thematische Sessions

CHAKRA 2

Klasse 4: Ablauf einer Atem-Session / Phasen einer Atemreise / Meine Ressourcen

MODUL 3 - MUSIK UND GEHIRNWELLEN

Klasse 5: Musik im Breathwork / Breathwork und Gehirnwellen

CHAKRA 3

Klasse 6: Kreisarbeit / Energetischer Schutz / Verbindung / Körperorientierte Übungen

MODUL 4 - PHYSIOLOGIE&ANATOMIE (MIT GUEST SPEAKER)

Klasse 7: Achtsamkeit und deren Wirkung auf unser Gehirn / Anatomie & Physiologie II
Kontraindikationen

CHAKRA 4

Klasse 8: Das Vegetative Nervensystem / Die Polyvagal-Theorie / Einführung Trauma

Vier Intensiv-Tage in persona

Life Atem-Sessions

CHAKRA 5

Bodywork & Touch

Trauma-Sensitive Übungen

Einzel - und Gruppenarbeit

MODUL 5 - TRAUMAARBEIT (MIT GUEST SPEAKER)

Klasse 9: Trauma erkennen und verstehen

CHAKRA 6

Klasse 10: Schwierige Situationen meistern / Grenzen erkennen

MODUL 6 - DAS INNERE KIND

Klasse 11: Dein Inneres Kind / Die Arbeit mit dem Inneren Kind

CHAKRA 7

Klasse 12: Leiten von one-o-one-Sessions

MODUL 7 - MARKETING UND BUSINESS (GUEST SPEAKER)

Klasse 13: Ethik und Business / Dein Wert

Klasse 14: Kreiere dein eigenes Business, Rechtliches

MODUL 8 - BRINGE ALLES ZUSAMMEN

Klasse 15: Vertiefung in Trauma-Arbeit

Klasse 16: Abschluss des Lehrgangs

VIER IN PERSONA INTENSIV-TAGE

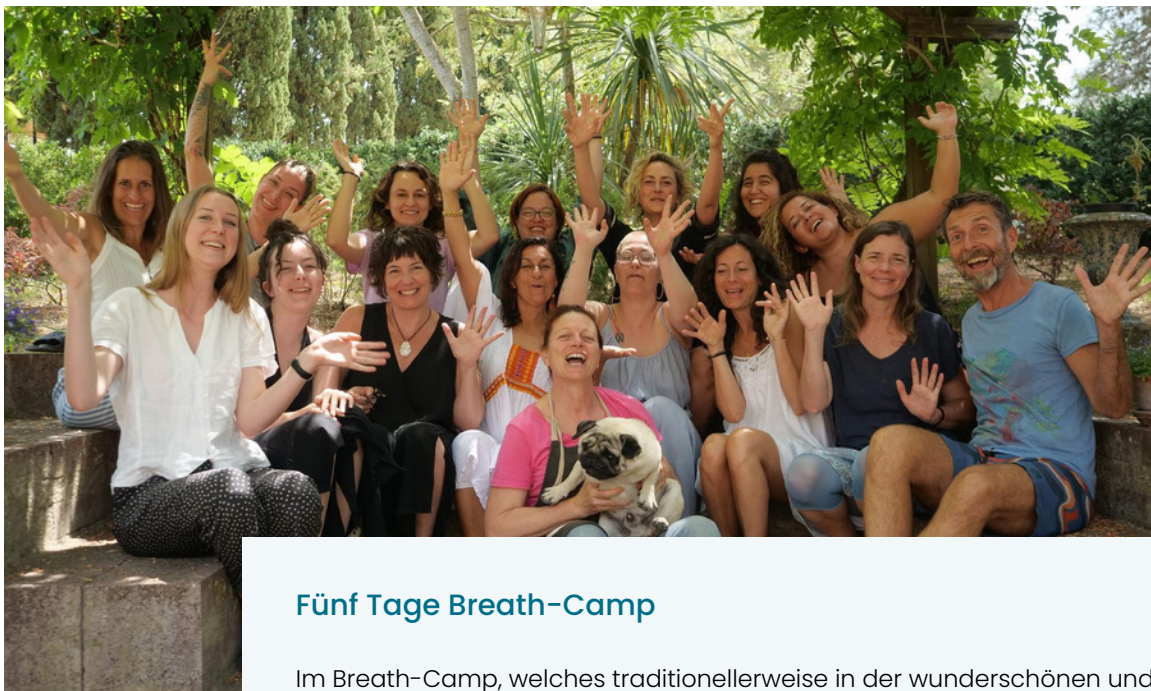
Diese Tage finden im Raum Zürich statt. Wir kommen zusammen, lernen uns persönlich kennen und können gemeinsam das bisher Erlernte direkt in der praktischen Arbeit anwenden.

Dabei werden wir mit Bodywork&Touch in Berührung kommen und ins Leiten von Gruppen-Sessions einsteigen.

FÜNF TAGE BREATH-CAMP

- Du leitest deine grosse Gruppen-Session.
- Du assistierst und beobachtest bei Sessions und gibst Feedback.
- Vertiefungen in Body-Work&Touch, Trauma,- Arbeit sowie im Allgemeinen Leiten von Sessions.





Fünf Tage Breath-Camp

Im Breath-Camp, welches traditionellerweise in der wunderschönen und suggestiven Toscana stattfindet, wirst du deine finale große Session leiten, welche auch den Abschluss deiner Arbeit bedeutet.

Für deine Zertifizierung wirst du:

- eine eigene Gruppen-Atemsession vorbereiten und halten
- Feedback von der Gruppe, deinen MitstudentInnen, sowie deiner Mentorin erhalten
- bei allen Atemsessions und Feedback-Runden präsent sein und so gleich mehrere Sessions erleben und konstruktive Feedback-Erfahrungen mitnehmen
- deine Kenntnisse als BreathworkerIn verfeinern
- dein Selbstvertrauen und Können maßgeblich erhöhen

Innere Prozessarbeit mit den Chakren und Biographiearbeit

Zweiwöchentlich werden wir in unseren Klassen einen Teil der Arbeit unserer persönlichen Entwicklung widmen, denn erst durch unsere eigene Heil-Erfahrung und Transformation wird es möglich sein, andere Menschen in ihrem Prozess zu begleiten. Deine Innere Prozessarbeit ist ebenso grundlegend wie das theoretische und praktische Wissen über Breathwork.

Dazu öffnen wir dein Lebensbuch Schritt für Schritt, und das Schreiben deiner Biographie wird dich beim Erkennen deiner persönlichen Geschichte, deiner Beziehungen, Traumata und Lebensgeschichten begleiten. Du wirst mit der Inneren Arbeit jene Glaubenssätze aufdecken, die dich in bestimmten Verhaltensmustern gefangen halten; ein wichtiger Prozess bei der Geburt als Breathwork Facilitator:in.

CHAKRA - WURZELCHAKRA

Erfahrungen vor und bei der Geburt

CHAKRA - SAKRALCHAKRA

Emotionen und Unterbewusstsein

CHAKRA - SOLARCHAKRA

Mein Wille - Mein Weg

CHAKRA - HERZCHAKRA

Hingabe und Verbindung

CHAKRA - HALSCHAKRA

Klarheit und Aufrichtigkeit

CHAKRA - STIRNCHAKRA

Intuition und Höhere Einsicht

CHAKRA - KRONENCHAKRA

Transformation und Heimkommen



Testimonials



“Bereits nach der ersten Breathwork-Session mit Rita war meine Begeisterung für den bewussten verbundenen Atem entfacht und es war mir klar, dass ich ein einfaches und zugleich tiefgreifendes Werkzeug gefunden hatte, das Teil meines Lebens werden würde.

Das Breathwork Teacher Training hat mich darin bestätigt und bestärkt. Jede Atemsession hat die Tür zu mir selbst einen Spalt weiter geöffnet, so dass ich mir Schritt für Schritt näher kommen durfte – manchmal herausfordernd, manchmal magisch, aber stets zutiefst heilsam.

Rita vermittelt mit ihrer unaufgeregten Natürlichkeit, ihrem warmherzigen und fröhlichen Wesen ihr Wissen mit Leidenschaft und Weichheit. Mit ihrer liebevollen Präsenz und Kompetenz schafft sie einen sicheren und gehaltenen Raum, um sich ganz fallen lassen zu können, so dass ich mein Innerstes nach Aussen kehren konnte.

Danke Rita, dass du mich auf diese Reise mitgenommen und begleitet hast.“

- Mirella, Yoga Teacher



“Der Lehrgang ist sehr strukturiert und lehrreich. Die spannenden Themen packten mich jedes Mal von Neuem und veranlassten mich zum vertieften Studium, obwohl ich mich eher als ‚schultramiert‘ bezeichnen würde!

Ich habe mich durch Ritas liebevolle und lockere Betreuung stets unterstützt und professionell begleitet gefühlt, was mir heute Sicherheit gibt, wenn ich mein Wissen und meine Erfahrung in den Breathwork-Sessions an andere Menschen weitergebe!

Der Verbundene Atem hat zu einem tiefen Wandel in mir und in meinem Leben geführt, was sich auf meine Handlungen und mein Umfeld positiv auswirkt. Daher bin ich überaus dankbar, dieses wertvolle Werkzeug erlernt zu haben.“

- Andrea Wolff-Messmer, 4-fache Mutter, Breathwork Facilitator



“Es ist schon interessant wie das Leben einem selbst viele Dinge zuspielet. So ist es mit dem Atem bei mir gewesen. Mit 20 Jahren habe ich angefangen Atemübungen durchzuführen, die mein Leben immens bereichert haben. Und als ich Rita kennengelernt habe, war es für mich an der Zeit nicht nur zu atmen, sondern selber den Atem in die Welt zu bringen.

Ich machte die Ausbildung bei Your Breath Tree, weil Rita nicht nur viel Wissen über das Bewusste Verbundene Atmen hat, sondern auch wegen ihrer weichen und weiblichen Art. Ich habe in dieser Ausbildung gelernt, wie schön es ist, anderen Menschen zu helfen, über die Atmung neue und tiefe Erfahrungen zu machen. Und für mich war es ein wichtiger Baustein diese Hilfe aus meiner Weiblichkeit und Intuition heraus zu ermöglichen, was ich bei Rita vertiefen konnte.

Auch nach der Ausbildung fühle ich mich kompetent betreut und merke wie mich die Breathwork-Familie nährt und unterstützt.

Ich danke Rita und meinen Mitstudentinnen für die schöne und freudvolle Zeit.“

- Dr. Eugenia Becker, Toxikologin, Hypnose - Ernährungs - und Darm Mikrobiom -therapeutin, Breathwork Facilitator, Naturheilpraktikerin in Traditioneller Europäischer Naturheilkunde i.A.



Nach Abschluss des Lehrgangs wirst du ...

- beim gratis Montags-Breathwork weiter mitwirken können, Sessions leiten und noch mehr Erfahrung sammeln
- weiterhin im Mentoring-Programm im Erfahrungsaustausch sein und deine Fragen aus der Atemarbeit mitbringen
- in einem 2. Jahr der Supervision den Titel als Breathwork Practitioner erhalten (Dazu erhältst du direkt von Your Breath Tree, info@yourbreathtree.com mehr Infos)

Unser Lehrgang ist so designed, dass du ...

- durch Flexibilität und Engagement Spass beim Lernen hast
- Vertrauen in dich gewinnst
- schnell eigene Erfahrungen mit Breathwork (online und in persona) machen kannst
- früh in der Ausbildung mit Breathwork-Sessions geben beginnen kannst
- fundierte Informationen und Unterlagen erhältst
- ausreichend Zeit hast, alles zu integrieren
- gleich nach Beendigung des Lehrgangs fähig sein wirst, mit der Arbeit als Breathworker:in zu beginnen
- noch während des Lehrgangs deine Herausforderungen in Stärken verwandeln kannst
- vertrauensvoll in die Welt des Breathworks treten kannst

“Nur was du in dir erfahren und verkörpert hast, kannst du in anderen halten.”

- Thomas Huebl

Und weiter geht's zum Breathwork Practitioner

In einem zweiten Supervisions -Jahr wirst du noch mehr Erfahrung sammeln, du wirst Supervision von Your Breath Tree erhalten und so deine 20 Stunden sammeln. Mehr dazu erfährst du direkt bei info@yourbreathtree.com.



Was ist in den Kosten enthalten?

DEIN AUSGLEICH FÜR 9 MONATE
FUNDIERTES IN PERSONA UND ONLINE
TRAINING BETRÄGT

CHF 4990

bei Buchung bis zum 31. Mai 2023,
danach CHF 5890

Im Preis inbegriffen sind:

- Alle Treffen (online & live)
 - Lehrmaterialien
 - 4 Intensive-Tage
 - Breath Camp
 - Lerngruppen

Für die Anreise, sowie Kost und Logis für die Intensiv-Tage (14.-17. 12.2023) und das Breath Camp Retreat (05.05.-11.05.2024), rechne mit zusätzlichen Kosten von ca. CHF 800-1000, je nach Ort der Ausführung.

Zertifizierung als Breathwork Facilitator

FOLGENDE DOKUMENTE WIRST DU ABGEBEN:

- Deine Biographie (ca. 2000-40000 Worte)
- zwei Bücherzusammenfassungen (à 500 Worte)
- Deine Abschlussarbeit "Wie bringe ich den Atem in die Welt?"
- Feedback-Formulare über deine gehaltenen Sessions
 - je 3 Gruppensession live und online
 - 12 Einzelsessions (mit mindestens 3 verschiedenen Menschen)
- Abschluss-Atemsession im Breath-Camp

WIE DU DICH REGISTRIERST

Drei einfache Schritte

1

Nimm an einer Atemsitzung mit Rita teil (Gruppe, Einzel, Live oder Online möglich). Wenn du dies noch nicht getan hast, buche bald eine Atem-Session.

2

Fülle das Anmeldeformular aus. Nach Absenden des Formulars kontaktieren wir dich für ein persönliches Gespräch.

3

Buche deinen Platz mit einer Anzahlung von CHF 500. Dazu erhältst du nach Schritt 1 und 2 eine Rechnung.

“In dir muss brennen, was du in anderen entzünden willst.”

- Aurelius Augustinus, Philosoph, 354-430 n.Chr.



Über Rita Maria Corrao

GRÜNDERIN VON YOUR BREATH TREE



Wie ich das Atmen fand, oder wie das Atmen mich fand.

Magie kann in unser Leben treten, wenn wir offen und bereit dafür sind! So ist das Atmen in meins gekommen, in einem Moment, als ich auf meiner Inneren Suche mit Meditation und dem Weiblichen Weg etwas stehen geblieben war. Ich erfuhr durch das Bewusste Verbundene Atmen genau die Tiefe, die Heilkraft und Liebe, die ich suchte.

Jahre zuvor hatte ich die Kraft verschiedener Atemtechniken bereits kennen gelernt. Bei der Geburt meiner vier Kinder, beim Praktizieren von Rebirthing nach Leonard Orr, sowie des Holotropen Atmens bei Stanislav Grof. Als ich schliesslich das Bewusste Verbundene Atmen mit meinem Lehrer Anthony Abbagnano von Alchemy of Breath erfuhr, habe ich mich sofort für die Ausbildung zur Breathwork Facilitatorin entschieden. Für 2 Jahre arbeitete ich mit AoB als Mentorin und Assistentin und 2021 brachte mich der Weg in die Selbständigkeit zur Gründung meiner eigenen Atemschule: Your Breath Tree's Teacher Training. Damit hat sich ein grosser Wunsch erfüllt; nämlich das wert- und kraftvolle Werkzeug des Bewussten Atems jene Menschen zu lehren, welche wie ich, die damit verbundene Kraft der Liebe und Heilung weitergeben möchten.



Ich glaube, dass Wissen zu Weisheit wird, wenn wir es integrieren und teilen. Die Liebe zum Teilen ist in dieser Arbeit meine Mission.

Mein Weg zum Breathwork Practitioner und Coach

- Rebirthing nach Leonard Orr
- Das Tao der Frau - Schulung mit Maitreyi D. Piontek
- Heilung der Weiblichen Sexualität
- Übergangsrituale
- Ausbildung SVEB Erwachsenenbildnerin
- Workshops zur Heilung der Mutterlinie
- Workshops zur Heilung des Inneres Kindes
- Holotropes Atmen mit Stanislav Grof
- Alchemy of Breath - Mentorin und Practitioner
- Psychosynthese nach Roberto Assagioli
- TRE Trauma Release Exercise nach David Berceli
- The Oxygen Advantage by Patrick Mceown





- Ich freue mich sehr auf unsere gemeinsame Reise!

In Liebe,

Deine Rita

Fragen?

P: +41 (0) 79 542 03 53

E: info@yourbreathtree.com

www.yourbreathtree.com



Your Breath Tree