



## Den Frühling in den Dolomiten atmen

Unsere Atem-Wanderung beginnt mit dem Lauschen der Wasserklänge am Gebirgsbach in St. Magdalena.

Die Lungen mit reichlich Sauerstoff gefüllt, wandern wir zu einem energiegeladenen Kraftplatz inmitten der Natur: Hier atmen wir bewusst die frühlingsfrische Bergluft ein und genießen den grandiosen Ausblick auf die Geisler, Dolomiten UNESCO Weltererbe. Auf blühenden Löwenzahn-Wiesen widmen wir uns dem Duft der Kräuter, bis wir zum Heiligen Hügel mit dem St. Magdalena-Kirchlein gelangen – einem Ur-Kraftplatz, der heilsame Ruhe und Stille verströmt. Auch hier lernen wir die Wirkungen des achtsamen Atmens kennen und erfahren, wie wir diese in unser Leben integrieren können. Aufgetankt mit frischer Bergluft kehren wir ausgeglichen zu unserem Ausgangspunkt zurück.

**Durchführung:** Samstag, 20. Mai 2017 - Dienstag, 23. und 30. Mai 2017 - Freitag 26. Mai 2017 und 9. Juni 2017, 10–13 Uhr

**Veranstaltungsort:** St. Magdalena, Villnöss

**Treffpunkt:** Naturparkhaus in St. Magdalena

**Teilnehmer:** max. 10 Personen

**Teilnahmegebühr:** 15 €

**Anmeldung & Info:** Tourismusverein Villnöss, T +39 0472 840 180, [info@villnoess.com](mailto:info@villnoess.com)  
Stefan Maria Braitto, T +39 0472 841 060, [www.stefanbraitto.com](http://www.stefanbraitto.com)



**Experte:** Stefan Braitto

*Naturlehrer und Freigeist, Gründer der Bergglöwenschule Villnöss, Erfahrung in schamischer Persönlichkeitsentfaltung, in Ritualarbeit und in Bewusstseinschärfung*