

Mehr Lebensenergie, bitte!

Workshop 3 Stunden

Energieausgleich: € 50,-- inkl. Skript

Ausgewählte Übungen verschiedener Methoden bieten die Möglichkeit, den Fluss der Lebensenergie / Qi zu beeinflussen, einen Ausgleich für den Stress im Alltag zu finden, den Körper auf sanfte Art zu stärken, Körper, Geist und Seele zu harmonisieren. So bekommen wir wieder mehr Ordnung, Rhythmus und somit einen anderen Lebensstil.

Programm: Mini-Qigong-Übungen (Laserstrahlenatmung, Sonne tanken, Tiger)
Zentralstrom
Akupressur
Strichmännchen-Methode
Mentales Y