

AYUR-YOGA-THAI-MASSAGE

Die Kunst der Berührung – Über die Sinne zum Sein

Die Ayur-Yoga-Thai-Massage (AYTM) verbindet die Massage- und **Passiv-Yoga**-Techniken der Traditionellen Thai-Massage mit ihren Ursprüngen des ayurvedischen Heilwissens, der Psychologie und der geistigen Prana-Heilung / Reiki.

Dadurch kann die Art der Behandlung, nach einem Vorgespräch, ganz individuell nach Ihren persönlichen Bedürfnissen und Zielen sowie auch zur Unterstützung Ihrer körperlichen und psychischen Beschwerden gestaltet werden. Erfahren Sie dabei mehr über Ihren eigenen Körper und Ihre Bedürfnisse! Lassen Sie sich berühren!

Die AYTM-Massage findet am bequem bekleideten Körper (am besten Baumwolle oder Naturstoff) statt. Es ist vorteilhaft, mindestens 1 Stunde vorher nicht zu essen.

DER EIGENE RHYTHMUS

Genießen Sie die einzigartige, entspannende, bewegend und lösende AYTM-Massage als Einzeltermin oder ganz in Ihrem eigenen gewünschten Rhythmus.

DAUERHAFT VERÄNDERUNG SPÜREN

Um Veränderungen dauerhaft in Ihrem Befinden und Gesundheitszustand möglich und spürbar zu machen, ist Regelmäßigkeit am Anfang hilfreich.

Die Erfahrung zeigt, dass 5 Termine über einen Zeitraum von ca. 4 – 8 Wochen sich hierfür sehr gut eignen.

Der 1. Termin (120 Min.) dient dabei dem gemeinsamen Kennenlernen mit Anamnesegespräch und Massage. Für die weiteren Termine (je 90 Min.) schlage ich Ihnen einen individuellen AYTM-Behandlungsablauf vor, der Ihnen auch gezielte Übungen und Anwendungsmöglichkeiten für zu Hause aufzeigt.

Bei Bedarf können anschließend weitere Termine in größeren Abständen erfolgen, um eine Entwicklung zu begleiten.

GUTSCHEINE

Schenken Sie Ihren Lieben Zeit für Sich! Beglücken Sie mit einem Gutschein für eine entspannende Massage oder Reiki-Behandlung! Zum Selbstabholen oder Versand.

AYUR-YOGA-THAI-MASSAGE

Entspannungsrituale für Ihr Wohlbefinden

GANZKÖRPER-MASSAGEN

90 Min / € 66,00
120 Min / € 88,00
150 Min / € 105,00

DETAIL-MASSAGEN

60 Min / € 44,00
75 Min / € 55,00

Ausgesuchte Massage-Variationen für einzelne Körperareale:

- ☉ **Lotus-Fuß-Massage:** über die Fußreflexzonen und Beine wird Ihr ganzer Körper aktiviert
- ☉ **Balance-Kopf-Massage** (mit Hals, Nacken u. Gesicht). Lassen Sie Ihr glückliches, entspanntes Wesen strahlen!
- ☉ **Happy Belly** (Bauch, Brustkorb, tiefe Atmung, Bindegewebe und Verdauungssystem). Finden Sie Ihre innere Mitte!
- ☉ **Hingabe zur Erde** (Energienlinien der Körperrückseite). Schalten Sie Ihre überanspruchten Sinne einmal ab!

AYURVEDISCHE ÖLMASSAGE

Mit hochwertigen ayurvedischen, biologischen Ölen, die nach Ihrer Konstitution und Bedürfnissen ausgewählt werden.

Preise wie AYTM (s. o.) zzgl. 15 €, für Öl + Mehraufwand

REIKI / LICHTENERGIE

Reiki / Geistiges Heilen - Behandlung

Einzelbehandlung 75 Min / € 55,00

Reiki-Massage

Eine Kombination aus Reiki-Anwendungen und sanften Massagegriffen 75 Min / € 55,00

Reiki heißt „universelle Lebensenergie“

Reiki selbst erlernen ist einfach und für jeden möglich!
Entdecke den Heiler in Dir! Termine auf Nachfrage.

Seminare: Reiki 1. Grad (2 Tage) € 180,00
Reiki 2. Grad (2 Tage), € 260,00
Reiki Meister / Lehrer auf Nachfrage

GRUPPENANGEBOTE

Meditationsgruppe

jeden Dienstags, 19 – ca. 21 Uhr in Niederbrechen mit Körperübungen, Gesprächsaustausch und geführter Meditation zur Selbsteilung, Beitrag: nach Selbsteinschätzung

Reiki-Treffen, ca. alle 2 Monate
Beitrag: nach Selbsteinschätzung

Hatha-Yoga-Kurse in Rockenhausen, Weißdornhof Dörnbach und KG-Praxis Hintersteinerhof 5 vierteljährlich starten neue Kurse, „Schnupperteilnahme“ mögl. Infos, Termine, Kursbeginne auf Nachfrage
Yoga-Einzelstunden

Massage AYTM und Ayurveda – Workshops

Workshops / Seminare, Termine und Infos auf Nachfrage z.B. „Massage für zu Hause“ – Einfache Anwendungen aus der Ayur-Yoga-Thai-Massage und der Ayurvedischen Ölmassage

Geomantie

regelmäßige Geomantie-Treffen im Donnersbergkreis an unterschiedlichen Landschaftsorten und Gärten
Geomantie-Workshops / Spaziergänge auf Nachfrage
Geomantische Haus-/Grundstückserkundung

Für alle Workshops / Seminare / Kurse ist eine Anmeldung erforderlich.



TERMINVEREINBARUNG

Claudia Selle

Hessen / Taunus

Praxis und Gruppenraum
Wingertsweg 1
65611 Niederbrechen
Tel.: 06438/925666
mobil: 0160/97575787

Rheinlandpfalz / Donnersberg

Weißdornhof
Praxis und Seminarraum
Hauptstr. 44
67806 Rockenhausen-Dörnbach
Tel.: 06361 / 458234

info@shanti-sparsh.de info@weissdornhof.eu
www.shanti-sparsh.de www.weissdornhof.eu

Einzelbehandlungen auch mobil bei Ihnen zu Hause. (zzgl. Fahrtkosten).

Für Yoga-Kurse und Massage in Ihrer Firma / für Ihre Mitarbeiter sprechen Sie mich gerne an.

Gerne nehme ich Ihre E-Mail-Adresse in die Verteilerliste (Taunus/Limburg und/oder Nordpfalz) für gelegentliche Infos zu Terminen und Veranstaltungen auf.

Weitere Infos zur AYTM: www.aytm.org
www.adya-yoga.com