



Aktivierung der ICH BIN GEGENWART

Theorieteil ca. 75 min

Sie erfahren Wissenswertes über
die 7 Hauptchakren.

Ihre Farbzuzuordnung, ihre Funktionen,
Wirkungen von Heilsteinen.

Aktivierung, Harmonisierung und
Reinigung der Chakren .

Welche Lebens- und Entwicklungsthemen
zugeteilt werden können
und vieles mehr.....

Zu jedem Chakra gibt es verschiedene
Ich Bin - Sätze um die Ich bin Gegenwart
bewusster und tiefer zu erleben.



QI GONG & CHAN MI GONG

Übungsdauer ca. 105 min

Leichte Qi Gongübungen und Chan Mi Gong

Übungen lockern den Theorieteil auf.
Der Körper, das Qi und die Wirbelsäule
werden sanft aktiviert und bewegt.

Die Verbindung zur Mutter Erde
und die himmlische, göttliche Anbindung
werden vertieft und mit allen
Sinnen erfahren.

Die feinstoffliche Lebensenergie „Qi“
wird stimuliert und kommt in den Fluss!



CHAKREN- & SEELENREISEN

Chakren- & Seelenreise: ca. 30 min
+ 15 min Klangentspannung

Angeleitete Chakrenreisen die der
Harmonisierung und Reinigung
der einzelnen Chakren
und den damit verbundenen
Lebens Themen dienen.

Wurzelchakra—Erdverbindung
Sakralchakra—Emotionen, Vitalität
Solarplexus—Persönlichkeit, Macht
Herzchakra—Liebesentfaltung, Heilung
Halschakra—Kommunikation
Stirnchakra—3.Auge, Weisheit
Kronenchakra—göttliche Verbindung