

Stimmen nach der Massage:

„Ich fühle mich so lebendig in meiner Haut;
jede einzelne Zelle pulsiert.“

„... hat in mir die Liebe zu meinem eigenen
Körper geweckt“

„Ich habe mich sehr gut aufgehoben gefühlt
und eine Sicherheit gespürt, dass meine
Grenzen respektiert werden.“



Manfred Kraft

Esalen Massage
Dipl. Practitioner

Tempelhof 11
74594 Kreßberg

Preise:

90 Minuten - 75 €

60 Minuten - 55 €

(jeweils reine Massagezeit)

Gewusste Berührung



ganzheitliche Massagen
heilsam - genussvoll

Tel.: 07957 – 9239 131
kontakt@bewusste-beruehrung.de

Manfred Kraft

Gewusste Berührung

Lassen Sie sich von achtsamen und zugewandten warmen Händen in liebevoller Atmosphäre angenehm langsam berühren, massieren, bewegen, dehnen und halten.

Meine ungeteilte Aufmerksamkeit und die Weisheit meiner Hände ermöglichen Ihnen, ganz bei sich anzukommen, sich zu spüren und wahr zu nehmen was ist. Es entsteht ein Raum von einfach-so-sein-dürfen.

vom Herzen
über die Hände
zum Du



Grundlage von **Gewusste Berührung** ist die **Esalen® Massage**, deren Besonderheiten:

- Gelenkmobilisationen und Dehnungen öffnen und schaffen Beweglichkeit
- Lange fließende Streichbewegungen über den ganzen Körper integrieren und wirken belebend
- wertvolle Langsamkeit ermöglicht eine Entspannung, die tiefer geht
- in der Seitenlage auch für Schwangere geeignet

Was möchten Sie sich gönnen oder verschenken:

- zu sich kommen und tief entspannen
- Zuwendung erfahren und genährt werden
- Berührung pur genießen
- mentale oder emotionale Prozesse durch sanfte Körperarbeit unterstützen

Dann sind Sie genau richtig bei

Gewusste Berührung

Internet:

www.bewusste-beruehrung.de

