

Entspannungsprogramm im Honigtal

Liebe Gäste,

Eure ganzheitliche Erholung liegt uns sehr am Herzen. Uns ist es wichtig, dass ihr die Seele so richtig baumeln lassen könnt. Wir bieten euch hier im Rahmen Eures Urlaubs mit Yoga und Massagen die Möglichkeit, tiefer zu entspannen.

YOGA für Erwachsene

Zweimal die Woche möchten wir euch im schattigen Olivenhain oder am Strand (je nach Absprache) eine Reihe von sanften Hatha Yoga Übungen praktizieren. Die Asanas (Yogaübungen) eignen sich für Anfänger und Fortgeschrittene und geben einen Einblick in die Tiefe des Yoga.

Lasst uns gemeinsam mit Sonnengrüßen in den Tag starten!



FAMILIENYOGA für Eltern mit Kindern

Einmal die Woche gibt es für Eltern mit Kind die Möglichkeit gemeinsam zu üben.

Akrobatische Partneryogaübungen, Yogaspiele, Fantasiereisen, spielerische Massagen und Entspannungsübungen, pädagogisch und didaktisch angeleitet, verstärken die Interaktion zwischen Eltern und Kindern spielerisch.

Ich freue mich auf Euch! **Eure Tanja**

LOMI LOMI - Hawaiianische Massage



Die Lomi Lomi Massage ist eine jahrhundertealte, hawaiianische Körperarbeit, die den Menschen ganzheitlich betrachtet und hauptsächlich in Übergängen im Leben praktiziert wurde. Die Hawaiianer glauben, dass alles, was wir erleben im Körper gespeichert ist. Um wirklich bereit zu sein für das Neue, ist es wichtig Altes loszulassen. Die Massage unterstützt diesen Prozess.

Ziel ist nicht nur die Lockerung der Muskulatur, sondern auch die Behandlung der Verspannungen und Blockaden im Innersten des Menschen, um unsere Lebenskraft "Mana" ungehindert fließen zu lassen. In einem geschützten Raum kann diese Massage darin unterstützen Körper, Geist und Seele wieder als Einheit zu erfahren - sie kann zur Reise zum eigenen Selbst werden, kann innere Räume öffnen und den Weg zu Erkenntnissen ebnen.



Bei der Lomi Lomi wird mit der Unterstützung spezieller Öle nicht nur mit Fingern und Händen gearbeitet, sondern auch mit dem gesamten Unterarm. Innerhalb der Behandlung kann diese intuitive Massage in ihrer Stärke variieren. Jede unserer Körperzellen speichert Erlebtes

und Erfahrenes - durch die Massage werden die Zellen angeregt, dies wieder loszulassen, ein Reinigungsprozess wird sowohl auf körperlicher, als auch auf energetischer Ebene in die Wege geleitet.

Lomi Lomi Ganzkörper Massage 60 Min - 49 EUR

Lomi Lomi Massage für Rücken, Nacken und Kopf 30 Min – 29 EUR

Für weitere Informationen und Terminvereinbarungen könnt Ihr mich gerne jederzeit persönlich ansprechen.

Eure Karin