



Die Kunst, zu umarmen

Die Kunst der Umarmung verändert Begegnungen

mit

Alex 'Rainbow' Ross

Die Umarmung ist eine sehr persönliche Begegnung zweier Menschen.

Leider ist dies heutzutage vielen nicht bewusst und die Umarmung ist nur ein 'besserer Handschlag' zur Begrüßung oder Verabschiedung.

Jedoch kann eine 'gute Umarmung' so viel mehr! Bewusst ausgeführt kann sie das Gefühl von Geborgenheit vermitteln, kann die Seele beruhigen und mehrere Energiezentren im Körper aktivieren, und sie kann eine heilende Wirkung auf Körper und Geist ausüben.

Mit einer 'guten Umarmung' kann man einem Menschen auf völlig neue Art und Weise begegnen.

In diesem Workshop werden verschiedene Techniken für eine 'echtere' Umarmung vermittelt. Aufeinander aufbauend werden verschiedene Kleinigkeiten und mehr innerhalb einer Umarmung ins Bewusstsein gerufen.

Ich lade Dich herzlich ein, diese besondere Art der Begegnung in einem entspannten und sicheren Umfeld zu erfahren und freue mich auf Dein Kommen!



Alex 'Rainbow' Ross lebt derzeit in Ravensburg und ist Musiker und freier Trainer für Zirkus- und Bewegungskünste, Outdooraktivitäten, Begegnungs- und Meditations-Workshops.

Seine Umarmungs- Workshops unterrichtet er seit 2011 mit der Motivation, Menschen die heilende Kraft und Schönheit einer guten, fühlenden Umarmung nahezubringen.

Wann: laufend neue Termine, siehe **Homepage**

Wo: Zentrum für Yoga und Naturheilkunde Birgit Bandlow
im Hochhaus, Goetheplatz 2, 88214 Ravensburg

Kosten: 25,- Euro

Anmeldung: alexander.ross@yahoo.de mobil: +49 163 379 09 85
info@birgitbandlow.de mobil: +49 152 53 146 145