

## Mein Angebot im Kloster

### Holistic Pulsing – 55 min

Eine sehr subtile, energetische Körperarbeit, die Körper, Geist und Seele anregt, wieder in Einklang zu gehen mit dem heilsamen pulsierenden Grundrhythmus allen Lebens.

Mit sehr sanften Bewegungen und speziellen Griffen wird man in Schwingung versetzt – die Frequenz entspricht dem Herzschlag eines ungeborenen Kindes. Auf diese Weise wird jede Zelle des Körpers eingeladen “zu tanzen”, den Ballast traumatischer und einschränkender Erfahrungen, die wir tagtäglich sammeln und in unserem Zellgedächtnis speichern, loszulassen und in den Reigen von Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensfülle einzutauchen.

### Aromatouch® Technique – 50 min

Die AromaTouch® Technique ist eine äußerst wirksame Methode, die den Körper auf ganzheitlicher Ebene tiefenentspannt. Es werden verschiedene zertifizierte ätherische Öle therapeutischer Qualität in einer bestimmten Reihenfolge auf die Energie-Zonen des Rückens und der Füße aufgetragen und sanft eingearbeitet. Die Öle sind auf seelischer und körperlicher Ebene hochwirksam, sie gleichen aus und helfen die Zellen zu reinigen und zu regenerieren.

Wirkung der AromaTouch® Anwendung:

- Stärkung des Immunsystems
- Aktivierung des parasympathischen Nervensystems, Stressreduzierung
- Gesunde Entzündungsreaktion
- Regeneration durch geistige und körperliche Tiefenentspannung
- Herstellung der Homöostase



CHRISTINAVORWALDER  
GANZHEITLICHE KÖRPERARBEIT

### Ganzheitliche TCM Analyse – 75 min

In der Traditionell chinesischen Medizin werden Körper, Geist und Seele immer als eine Einheit gesehen. Unruhe, Ängste, Schlafstörungen, Verdauungsprobleme, Menstruations- und Wechselbeschwerden, Energiemangel, Antriebslosigkeit,...sind nur einige Beispiele, mittels TCM das Wohlbefinden und die Lebensqualität wieder zu steigern.

Die Sitzung umfasst eine umfassende Befragung des Klienten inklusive Zungen- und Pulsanalyse. Im Zuge dessen wird das Gleichgewicht von Yin & Yang sowie die Harmonie und das Zusammenspiel der 5 Elemente ermittelt. Zum Abschluss erhält der Klient passende ganzheitliche Empfehlungen für einen harmonischen Lebensstil sowie Ernährungsempfehlungen sowie Rezeptvorschläge.