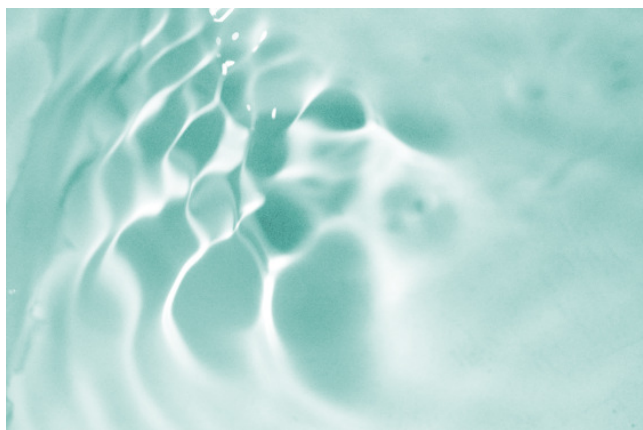




AquaRelax - WasserShiatsu - WasserTanzen

Heike Draheim
0231 / 3 11 96 42
bodyflowing@web.de
<http://www.body-flowing.de>



WasserTanzen

Nach ersten WasserShiatsu-Erfahrungen können Sie sich, versehen mit einer Nasenklemme, in der dreidimensionalen Schwerelosigkeit unter Wasser bewegen lassen. Um entspannt weiter atmen zu können, werden Sie regelmäßig an die Wasseroberfläche zurück geführt.

Die fließenden tänzerischen Bewegungen und Gelenkdehnungen erinnern an in der Strömung treibendes Seegras, an schwimmende Delphine oder machmal auch an die Urerfahrung eines Fötus im Mutterleib.

Tiefste Entspannung, Freude und das Gefühl des Lebendigseins können intensiv erlebt werden.



WasserTanzen

ist eine Energie- und Körperarbeit, in der sich Bewegungsfluss, Harmonie und Hingabe in einzigartiger Weise mit dem warmen Wasser verbinden. Sie werden behutsam in die schwerelose Dreidimensionalität geführt, wobei eine Nasenklemme vor dem Eindringenden Wasser schützt.

Dehnungen, Streckungen, Gelenkmobilisation und schlangenförmige Bewegungen lassen tiefste Entspannungszustände, nicht nur auf körperlicher Ebene erleben.

Weitere Informationen erhalten Sie beim Institut für Aquatische Körperarbeit (IAKA). www.watsu.de ®

Wellness

Entspannung

Prävention