

## Wirkungen von Thai Yoga

- ◆ Löst Blockaden
- ◆ Bringt Deine Energie wieder zum Fließen
- ◆ Entspannt Körper und Geist
- ◆ Die Berührung gibt Halt und Sicherheit
- ◆ Verbessert Deine Beweglichkeit, Körperhaltung, Durchblutung
- ◆ Führt zu innerer Ruhe
- ◆ Aktiviert Dein Immun – und Lymphsystem
- ◆ Reguliert Verdauungsprobleme
- ◆ Lindert Schlafstörungen
- ◆ Aktiviert Deinen Stoffwechsel
- ◆ Unterstützt Deine Selbstheilung



Stell Dir vor, Du kannst Dich vollkommen fallen lassen – getragen, bewegt und in tiefer **Geborgenheit**. Im Thai Yoga erlebst Du eine sanfte Berührung, die Verspannungen löst, Deinen Körper ins **Gleichgewicht** bringt und Deinem Geist **Ruhe** schenkt.

Es ist mehr als nur Entspannung – es ist ein **Geschenk an Dich** selbst. Ein Moment der Hingabe, der Dich tief berührt, regeneriert und mit neuer **Energie** erfüllt.

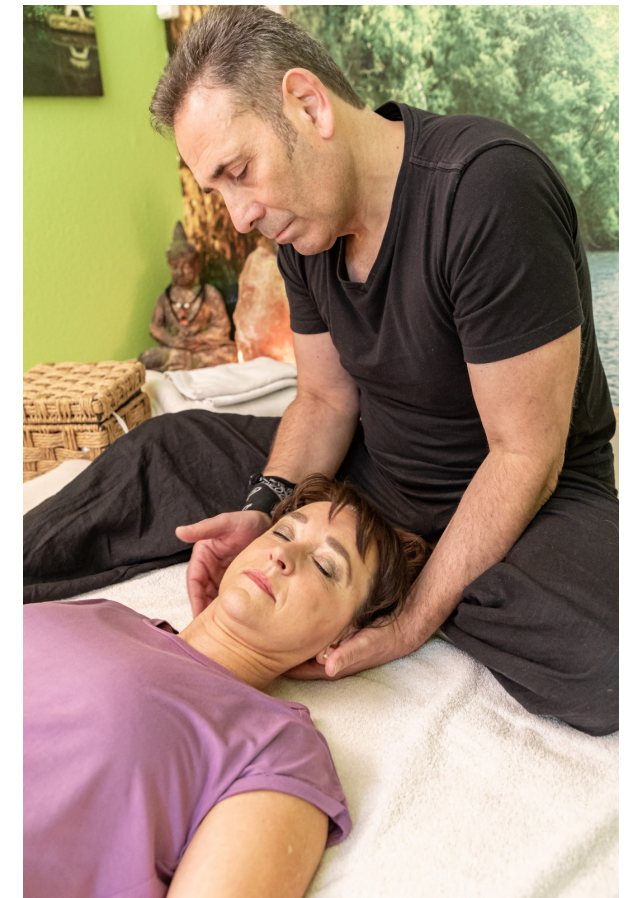
Erlebe Momente der Stille, **Harmonie** und **Leichtigkeit** und das Gefühl, vollkommen bei Dir anzukommen.

Gönne Dir diese besondere Reise – für Dich, Deinen Körper und Deine Seele



## Thai Yoga Massage

Eine magische Berührungsreise



Du tauchst ganz ein in einen entspannten, meditativen Zustand. In tiefer **Entspannung** und **Vertrauen** kann Regeneration und Heilung entstehen. Thai Yoga ist ein ganzheitliches System. Man spricht auch von uralten, heilsamen Berührungen.

Die Lebensenergie (Prana) kommt durch das **Lösen von Blockaden** wieder zum Fließen. Energien, Linien und Meridiane werden durch sanfte Dehnung oder Druck mit Handballen, Daumen, Ellbogen und Füßen bearbeitet. Du bleibst dabei ganz passiv und lässt Dich in Stretchpositionen und **Dehnungen** aus dem Yoga bewegen.



## Du bist einzigartig

Jeder Moment, jede Berührungsreise, ist besonders und einmalig und immer auf Dich abgestimmt.



Die vier Säulen der Thai Yoga Körperarbeit: **Achtsamkeit** im Hier und Jetzt, Klarheit, Intuition und Hingabe im Dienen, begleiten Dich in jedem Moment.

Durch die achtsame Sanftheit und Langsamkeit in jeder **Berührung** entsteht Vertrauen und Entspannung. Du tauchst in einen angenehmen tranceartigen Zustand, in dem **Regeneration** und **Heilung** geschehen und Du die Verbindung zu Deinem Herzen wieder finden kannst.



## Ekadanta Ralf Keldenich

Ganeshas Yoga Welt,  
Wolfgang – Borchert – Straße 64,  
50170 Kerpen – Sindorf

Termine nach Vereinbarung.  
E-Mail: [ganeshas-yoga-welt@web.de](mailto:ganeshas-yoga-welt@web.de)  
TEL: 02273 / 4068598  
Mob: 0151 / 41624602 (auch WhatsApp)

60 Minuten – 70 €

90 Minuten – 95 €

120 Minuten – 120 €