

# Weihnachtsgeschenkideen zum Wohlfühlen und Entspannen

*Draußen wird es dunkel und frostig, in den Supermärkten stapeln sich Lebkuchen und Glühwein, und den Lieblingsplatz im Garten haben wir gegen ein kuschelig-warmes Plätzchen am knisternden Ofen eingetauscht – untrügliche Zeichen, dass Weihnachten bald vor der Tür steht.*

*Damit Sie in der besinnlichen Adventszeit nicht in allzu großen Einkaufsstress geraten, möchte wir Ihnen hier ein paar schöne Geschenkangebote machen. Ein Gutschein für Gesundheit, Wellness und Entspannung ist eine liebevolle Wertschätzung und kommt immer gut an!*

## **Heilströmen**

**Dauer/Preis: 60 min/70,-€**

Ich lasse über meine Hände universelle Heilenergie, zur Entspannung und Harmonisierung von Körper, Geist und Seele in deine Aura fließen.

## **Meridian und Chakra Harmonisierung**

**Dauer/Preis: 60 min/70,-€**

Durch sanfte Massagen, mit Rahmentrommel, Klangschalen und Händen, an deinen Energiepunkten kommst du wieder in deine Kraft und Harmonie.

## **Motherdrum Massage**

**Dauer/Preis: 30 min/40,-€, 60 min/80,-€**

Unter meiner Motherdrum (Ganzkörper-Trommel), kommen durch den Trommelrhythmus, all deine Zellen in Schwingung und es stellt sich ein leichtes, wohliges, heiles Körpergefühl ein.

## **Schamanische Reise**

**Dauer/Preis: 60 min/70,-€**

Ist ein individuelles Erlebnis mit der Jenseitswelt, mit dem Universum, mit seinem Innersten und ermöglicht ein Annehmen, ein Verstehen und Heilen auf allen Ebenen.

## **Indianische Schwitzhütte**

**Dauer/Preis: ½ Tag/65,-€**

Die Schwitzhütte gilt bei allen Naturvölkern der Erde als eine der stärksten und wirksamsten Heilungszeremonien zur Reinigung von Körper Geist und Seele. Sie unterstützt die Selbstheilungskräfte und bringt tiefe, innere Stille und Frieden.

## **Klangmassage mit Tibet. Klangschalen, Gongs und Monochord**

**Dauer/Preis: 75 min/60,-€**

Lass dich eine Stunde lang einhüllen in die heilende Kraft der Obertonklänge und gleite in einen tiefenentspannenden Thetawellen-Zustand, in dem sich die Selbstheilungskräfte entfalten und Blockaden lösen.

## **Tiefenentspannende Heilmassage mit warmen Ölen**

**Dauer/Preis: 60 min/70,-€**

Diese Heilmassage harmonisiert den Energiefluss im Körper, löst sanft Verspannungen und befreit Traumata und negative Emotionen aus dem Zellgedächtnis.

## **Wingwave-Coaching**

**Dauer/Preis: 90 min/120,-€**

Ein effektives Coaching, das Ängste, Lampenfieber, negative Glaubenssätze, Süchte u.ä. schnell transformiert und dabei hilft, positive Ressourcen zu verankern und sportliche, berufliche oder persönliche Ziele mit mehr Leichtigkeit zu erreichen.

## **Heilbehandlung mit dem Blauen Medizinmantra**

**Dauer/Preis: 60 min/70,-€**

Dabei handelt es sich um ein uraltes, fast vergessenes Ritual mit einem machtvollen Heilmantra und einer speziellen Energielenkung, die Buddha kurz vor seinem Tod empfangen hat, um das Leid der Welt zu mindern und den Weg des Erwachens für alle Menschen zu ebnen.

## **Tantrisches Massage- und Berührungcoaching für Paare**

**Dauer/Preis: 5 Std/500,-€**

Ein exklusives 5-stündiges Coaching, bei dem ihr als Paar ganz unter euch seid und in liebevoller und wertschätzender Atmosphäre die hohe Kunst der sinnlichen Berührung und verbindende Atemtechniken erlernt.

***Wir wünsche viel Spaß bei der Geschenkauswahl für die Liebsten!***

## **Infos und Gutscheine bei:**

**Klaus Ruhland, Energetiker**

**und Christine Fleckenstein, Heilpraktikerin**

[www.klausruhland.de](http://www.klausruhland.de)

[www.naturheilpraxis-fleckenstein.de](http://www.naturheilpraxis-fleckenstein.de)

Tel. 0177-6393396

Tel. 0151-40740896

Praxen: Home of the Spirit, Flughafenweg 12, 94330 Geltolfing/SR und München