

# SENSUAL PSYCHEDELIC BREATH

BREATH + ENERGETICS

**Dienstag, 26. SEP 19.00 - 20.30 UHR**

Bei einem SENSUAL PSYCHEDELIC BREATH führt Carla uns noch tiefer in die Wahrnehmung unseres Körpers - ein tiefes Verbinden mit deiner Yoni, deinen Brüsten, deinen gesamten Tempel. Wir spielen mit den Sinnen und tauchen tief ein in eine Reise zu uns selbst.

\*

Als 500 Std. zertifizierte Lehrerin für Tantra- und Vinyasa-Yoga und Psychedelic Breath nutzt Carla ihre langjährige Erfahrung und Intuition, um verschiedene Techniken und Tools wie Yoga Asana, die Alchemie des ancient Tantra, Breathwork, Embodiment-Praktiken, Schamanismus, Cacao Circle und Tanz zu einer ganzheitlichen Praxis zu verbinden. Ihre Vision ist es, Menschen dabei zu helfen, mehr Sinnlichkeit, Authentizität, Balance und Kreativität in ihr Leben einzuladen

\*

Contraindication:

Atemarbeit führt zu physiologischen Veränderungen im Körper und kann zu intensiver, körperlicher und emotionaler Entspannung führen. Daher ist diese Arbeit nicht geeignet für schwangere Frauen, Personen mit Herz-Kreislauf-Problemen und einer Vergangenheit eines Schlaganfalls. Epilepsie, klinischer Angststörung, hohen inneren Augendruck, einer Diagnose von Schizophrenie, schwerer Psychose oder mit kürzlichen Operation oder Knochenbrüche im Oberkörper.