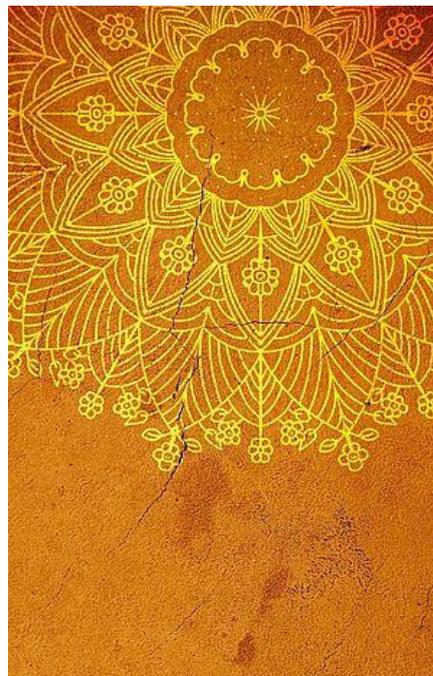


Andrea Ameya Kurz / GO DEEP
Mühlenweg 22
5301 Eugendorf
Tel +43 699 81290210
email: shortysalzburg@yahoo.de



NUAD

Thai-Yoga-Körperarbeit

Die Thai-Yoga-Massage wird am Boden auf einer dicken Matte und ohne Öl ausgeübt, du bleibst bekleidet. Das Zusammenwirken von sanften, fließenden Bewegungen, tiefer Dehnung, rhythmischer An- und Entspannung lässt tiefste Entspannung und Regeneration entstehen.

Grundlage bilden die unsichtbar verlaufenden Energielinien, über die alle Bereiche deines Körpers mit Lebensenergie / „Prana“ versorgt werden.

Dein Körper wird sanft, ohne eigenes Zutun und ohne Anstrengung, in Positionen gebracht, die manchmal Yogastellungen ähneln. Die passive Bewegung begünstigt körperliche und mentale Entspannung, Körper Geist und Seele fließen zurück in ihre Harmonie, du kannst dich ganz fallen lassen, weich werden und dich dem Geschehen des Augenblicks hingeben.

Ich arbeite durch Verlagern meines Körpergewichtes – mit Fingern, Händen, Beinen und Füßen, ohne Muskelkraft. Du nimmst eine passive Haltung ein, wirst fast ohne dein Mit-Tun in die jeweilige Position gebracht. Dein Körper wird gedehnt, gestreckt, gelockert. Während der Sitzung kommen Körper und Geist langsam in eine Entspannungsphase, wie du sie selten zuvor erlebt hast.

Einheiten zwischen 60 und 120 Minuten

mitzubringen: Leintuch, kleines Handtuch. Bequeme Kleidung (z.B. Leggings, Langarm-Shirt), Socken.

Behandlungen an o.a.Adresse und in Freilassing möglich.