Yoga mit Cranio Sakraler Berührung

Ashtanga Yoga
Yoga Therapie

www.mavieyoga.at

Cranio Sacrale
Behandlung

💫Vorweg etwas Zauberhaftes 💫



Wo Silberfäden leise weben,
und alte Steine leuchtend schweben,
erwacht ein Reich aus Traum und Nacht,
von Sternenstaub zum Leben erbracht.

Ein Schritt vorbei am Weltenrand,
schon greift nach dir das Zauberland.
Die Zeit steht still, der Raum zerbricht,
im weichen, blauen Mondenlicht.

Vergiss, was deine Augen sahen,
lass dich von Wundern sanft umgarnen,
denn wer den Pfad der Magie betritt,
nimmt ein Stück Ewigkeit sich mit.

MAVIE YOGA CLUB Wien - Yoga & Cranio Sakrale Heilarbeit

Liebe, verehrte Leserschaft!

Es gibt ein paar Neuigkeiten die den Yoga Studio Betrieb betreffen:

Anfängerkurse wird es erst wieder im neuen Jahr geben. Ab Jänner 2027 finden dann wieder 6 Einheiten statt, die den Einstieg in die Yoga Praxis leicht machen sollen.

Die **Dienstag Abend Klasse** (19:10 Uhr - 20:45 Uhr) bleibt bestehen. In dieser Klasse versuchen wir eine eigene Übungspraxis aufzubauen, damit der **Einstieg in die MYSORE Style Klasse** leichter fällt. Geeignet für jeden der schon Yoga übt, aber noch nicht die selbständige Übungspraxis kennt. Die Klasse ist auch offen für alle die bereits MYSORE Style üben. Bitte nutzt auch diese Abendklasse um Eure Praxis auszubauen.

NEU IST:
Freitag: Yoga am Vormittag
9:30 Uhr - 11:00 Uhr
"Die Woche hinter sich lassen und befreit ins Wochenende gehen."

Dem Körper und dem Geist die Chance geben zu heilen!
Yoga & Cranio Sakrale Körperarbeit

In diesem Sinne - herzlichst
Manuela

MYCV - MAVIE Yoga Club Vienna

Entspannung finden ...

Viele Menschen können sich nicht entspannen. Das Gedanken-karusell läuft oftmals nur noch intensiver und schneller wenn man versucht in die Ruhe zu finden.
Im Yoga lernst Du ganz bewusst auf Atmung und Bewegung zu fokusieren. Innerlich kehrt so Ruhe ein. So schulen wir indirekt unser Nervensystem in Richtung Entspannung.
Die Vorbeugen im Yoga sind die Positionen, wo das gelingt.



Rechte und linke Gehirnhälfte ausbalancieren …



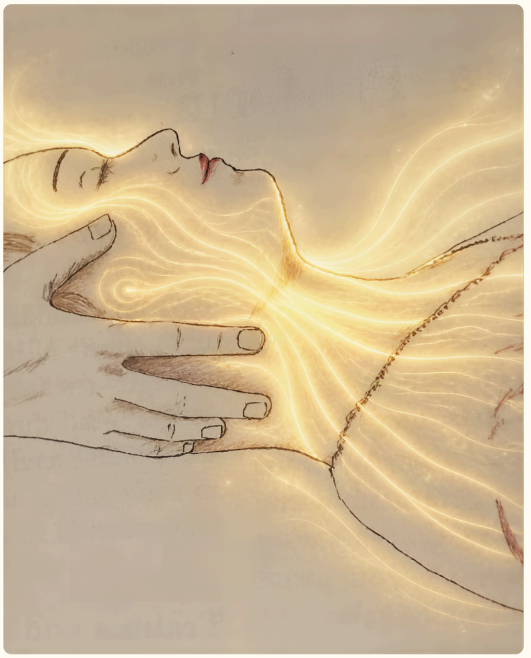
Das Stehen auf einen Bein ist Übungssache. Das richtige Stehen am Fuß auf den 3 Punkten gibt die Wurzeln, die jeder für den aufrechten Stand im Leben benötigt.

Bei dieser Übung werden die Gehirnhälften trainiert und ausbalanciert. Fokus ist dabei die Mittellinie in uns, die die rechte und die linke Körperseite verbindet.

Forschungen haben ergeben, dass Menschen die länger als 1 Minute auf einem Bein stehen können, eine längere Lebensdauer haben, als diejenigen die das nicht können.

Energien wollen fließen und durch den Körper strömen…

Oftmals ist es aber so, dass durch Unfälle, oder Schockerlebnisse oder generell Erlebnisse, die nicht gut verarbeitet wurden bzw. durch falsche Köperhaltungen Energien nicht mehr fließen, sondern buchstäblich feststecken.
Solche Blockaden gibt es und sie schwächen das System. Man fühlt sich schlapp, energielos, oftmals kränklich oder unrund. Auch ist die Krankheitsanfälligkeit um einiges erhöhter.



In der Cranio Sakrale Energie Arbeit werden diese Blockaden gefunden und aufgelöst und zurück in den Fluß gebracht.
Viele Menschen glauben, wenn sie sich energielos fühlen, dass Ihnen die Energie abhanden gekommen ist. Energie geht nicht verloren, sie agiert nur nicht mehr so im Körper wie es eigentlich gedacht ist.

Terminvereinbarung entweder über den Online Kalender oder per Email.

BUCH EMPFEHLUNG: Viele werden dieses Buch wahrscheinlich schon kennen. Wer es nicht kennt, denjenigen empfehle ich es aufs Herzlichste.

HERMANN HESSE - SIDDHARTHA

Ein Buch, dessen Tiefe in der kunstvoll einfachen und klaren Sprache verborgen liegt, einer Klarheit, die vermutlich die geistige Erstarrung jener literarischen Philister aus dem Konzept bringt, die immer so genau wissen, was gute und was schlechte Literatur ist. Einen Buddha zu schaffen, der den allgemein anerkannten Buddha übertrifft, das ist eine unerhörte Tat, gerade für einen Deutschen. Siddhartha ist für mich eine wirksamere Medizin als das Neue Testament.-
Henry Miller



NEUES / BLOG aus der Cranio Sakralen Behandlungswelt

Cranio Sakrale Behandlung - Energetisch im Gleichgewicht
https://www.mavieyoga.at/energtetisch-im-Gleichgewicht/

Cranio Sakrale Behandlung - Ursachenarbeit versus Symptom Behandlung
https://www.mavieyoga.at/cranio-sakrale-behandlung-ursachenarbeit-versus-symptom-behandlung/

Cranio Sakrale Behandlung - Diagnose Reflux
https://www.mavieyoga.at/diagnose-reflux/

Cranio Sakrale Behandlungen - Online Anmeldung



Menschen sehnen sich nach Entspannung und Ruhe die anhält. Klarheit finden, die Raum für Neuorientierung bereit hält. Schmerzlinderung auf allen Ebenen. Das eindrückliche Gefühl von Frieden in sich wahrnehmen und erhalten.
All diese positiven Erlebnisse sind Resultat und Teil einer Cranio Sakralen Behandlung.
Termine entweder per Email oder Online.
mailto:Manuela@mavieyoga.at
Homepage:
https://www.mavieyoga.at/craniosacral/

BLOG zum Thema Yoga & Cranio Sakrale Behandlungen verfasst von Manuela

Der Hexenschuss

https://www.mavieyoga.at/der-hexenschuss/
Geschrieben von Manuela Jordan-Sima

Wenn der körperliche Schmerz eigentlich ein seelischer Schmerz ist

https://www.mavieyoga.at/wenn-der-schmerz-tief-im-knochen-sitzt/
Geschrieben von Manuela Jordan-Sima



Manuela Jordan-Sima
Yoga & Cranio Sakrale Therapie

manuela@mavieyoga.at
+43 676 56 660 28

Gentzgasse 13/1
1180,Wien

Abmelden