

Individuelle Körper- und Massageöle fürs Wohlbefinden

Die Natur bietet uns eine Fülle an verschiedenen Pflanzenölen und duftenden ätherischen Ölen. In diesem Workshop möchte ich euch die umfangreichen Vorteile und Wirkungsweisen der verschiedenen Öle näherbringen.

Wir nutzen das umfangreiche Wirkungsspektrum ätherischer Öle und die vielfältigen Eigenschaften der fetten Pflanzenöle um unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit zu verbessern.

Was hilft bei Muskelkater? Wie kann ich verspannte Stellen lindern? Trockene Haut? Schwere Beine? Einschlafschwierigkeiten?

Zum Abschluss wenden wir unsere Öle auch gleich bei einer entspannenden Hand- und Fußmassage an und lernen etwas über die verschiedenen Reflexzonen und wie man den ganzen Körper über sie erreichen kann.

Dauer: ca. 3,5 Stunden

Ort: Ich schlage euch gerne verschiedene Veranstaltungsorte vor oder komme zu einem von euch gewählten Ort. Strom und Wasser sollten vorhanden sein. Material und Werkzeug werden komplett von mir mitgebracht.

Auch als Geschenkgutschein erhältlich!

