

Sie lernen und üben Entstspannungs- und Selbsthypnosetechniken, die Sie zu Hause selbst anwenden können, um ihre Selbstheilungskräfte zu stärken.

Diese mentalen Körperreisen, die Sie in einen Entspannungszustand versetzen und Ihnen einen Zugang zu unbewussten Vorgängen in Ihrem Körper vermitteln, geschehen in Ihrem eigenen Tempo und in die von Ihnen gewünschte Richtung. Ich bleibe Ihre Lotsin, die Ihnen Angebote zur Erkundung Ihrer inneren Räume und möglicher körperlicher Beschwerden macht.