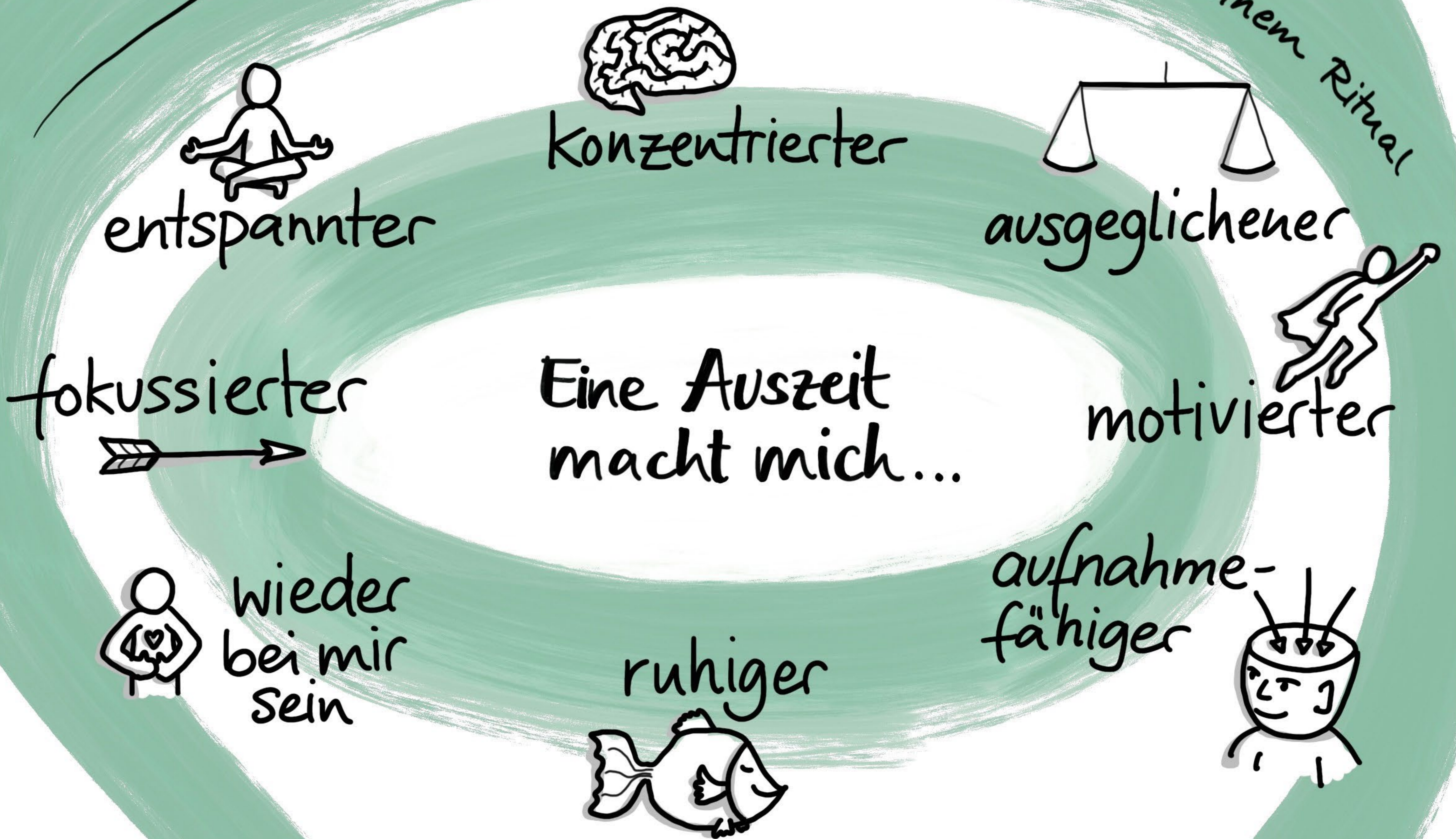




Entspannungsideen

Mach es zu deinem Ritual



Durchatmen & loslassen

Atmen & Kraft schöpfen

Stille hören & Klang lauschen

Rückenmassage

Bewegung

Ruhe - Übungen