



YOTAMA

YOGA • TANTRA • MEDITATION



GEFÜHRTE
HALTEMEDITATIONEN



Zur Ruhe kommen.
Fallen lassen.
Ins Schweben kommen.

VERTRAUEN ERLEBEN. GEBORGENHEIT GENIESSEN.



ERLEBE DIE GÖTTIN IN DIR

Du hast noch keine grosse Erfahrung mit sinnlichen Berührungen und möchtest in einem ersten Schritt Geborgenheit erleben und Schritt für Schritt Vertrauen aufbauen. Dann sind meine Haltemeditationen wie gemacht für dich.

Haltemeditation

Die Haltemeditation ist eine wunderbare Form, um zur Ruhe zu kommen, Kraft zu tanken und Halt zu finden. Während der Meditation schüttet dein Körper die Kuschelhormone Oxytocin und Dopamin aus. Sie reduzieren Stress und bauen Nervosität ab.

Heilritual

Das hawaiianische Heilritual ist eine Haltemeditation mit vier Händen. Eine Person hält dich. Die andere legt ihre Hände an verschiedenen Stellen auf deinen Körper auf. Die Behandlung ist sehr intensiv und löst alte Verletzungen auf. Du erlebst ein Gefühl tiefer Geborgenheit.



KEYLAM

HÜTER DER WEIBLICHEN SEELE

Ich habe mehr als 20 Jahre Erfahrung mit Tantra-Massagen und habe zahlreiche Aus- und Weiterbildungen absolviert. Wertschätzende Begegnungen zwischen Mann und Frau in einer Atmosphäre der Herzensliebe sorgen für Heilung, Sinnlichkeit und Vergnügen. Diese Hingabe und Zärtlichkeit zu schenken, ist meine Passion. Ruf mich an, wenn du Fragen hast oder einen Termin vereinbaren möchtest:

079 797 54 45

YOTAMA

Gerliswilstrasse 68 • 6020 Emmenbrücke • yotama.ch

Yotama ist Mitglied des Fördervereins Tantra Massage und hält sich an dessen Grundsätze.