

MASSAGE - WINTER - WOCHENENDE

11. / 12. NOVEMBER 2017



GEMEINSAM
MASSIEREN
RELAXEN
LERNEN
SEIN

PLANETARY MASSAGE AND BODYWORK® Einsteiger- und Massage Wochenende mit RAY SWARTLEY

Eine wunderbare Gelegenheit in die Welt der Massage und achtsamen Berührung einzutauchen. Wenn du schon immer mehr über dich und deinen Körper erfahren wolltest, laden wir dich herzlich zu diesem Erkundungsprozess ein. Er wird dir zeigen, wie wir durch mitfühlende Berührung Wirkung haben und sie gleichzeitig selbst erfahren können.

Ray Swartley wird an diesem Wochenende mit Massage und heilsamer Berührung durch die Körperstrukturen führen. Du lernst entspannende Langstreichungen, sanfte Bewegungen und bewusstes Dehnen kennen, sowie effektvolle Massage und Präsenz im Hier und Jetzt. Und du hast genügend Zeit beim Massage Austausch zu relaxen und die Vorzüge einer ganzheitlichen Massage für Körper und Geist zu erfahren. Auch Massagekundige sind willkommen um aufzufrischen und zu vertiefen.

Planetary Massage and Bodywork® weitet die Achtsamkeit auf den Gebenden aus; während dem Massieren lernst du auf deinen eigenen Körper zu hören und ihn bestmöglich einzusetzen und deine Körperhaltung zu verbessern.

Ray Swartley unterrichtet und praktiziert international seit 28 Jahren. Auf seinem Lebensweg verbrachte er einige Jahre am Esalen Institute, Big Sur CA, arbeitete im Lehrerteam und gehörte zur Massage Crew. In Frankreich gründete er die Arts of Touch® Massage School und le SPA d'Euzet-les-Bains. Seit einigen Jahren lebt er in der Schweiz mit seiner Familie. Mit Planetary Massage and Bodywork® gibt Ray seine aussergewöhnlichen Massagekenntnisse weiter. Er ist eine Quelle und Inspiration für viele Menschen. Seine kraftvolle Form von bewusster Berührung, das Verbinden von östlichen und westlichen Traditionen lädt den menschlichen Körper dazu ein, sich mit all seinen Dimensionen zu entdecken.

Das Wochenende ist für Interessierte, Beginner sowie für Massagekundige.

KURSZEITEN: Samstag 11. - Sonntag 12.11.2017
jeweils 09:30 - 16:30 Uhr

KURSLOKAL: Ja-Wohl, Alvierstrasse 4, CH-9463 Oberriet SG

KOSTEN: - Kurs CHF 300.-
- Übernachtung im Zimmer auf dem Sonnenhügel CHF 25.-
- Beitrag Verpflegungskosten
Anfrage und Information für andere Übernachtungsmöglichkeiten

ANMELDUNG: Marika Hug, Sonnenhügel, 9453 Eichberg, marikahug@gmx.ch
+41 (0)71 737 66 88
Sandra Werner, info@planetarymassageandbodywork.com , +41 (0)76 340 51 72

MASSAGEN: Freitag 10.11.2017 bei Ray Swartley, mit Voranmeldung, Ausgleich CHF 160.-