

## **Tantra-Massage-Circle ... mit Esther & Björn**

Der Tantra-Massage-Circle ist eine Begegnungsmöglichkeit für Neugierige, Einsteiger und Fortgeschrittene aller Gender, um erstmalig oder regelmäßig in die Welt der Tantra-Massage einzutauchen. In liebevoller Atmosphäre erschaffen wir einen achtsamen und geschützten Raum, in dem du authentisch und bewusst in Kontakt mit dir selbst und anderen treten kannst.

Im ersten Teil des Abends erwarten dich angeleitete (Partner-) Übungen, die dazu dienen dich in der tantrischen Haltung zu üben und deinen Körper und die Gruppenenergie wahrzunehmen. Hierbei darfst du sowohl deine als auch die Grenzen der anderen Teilnehmer bewusst erfahren und achtsam wahrnehmen.

Im Anschluss öffnen wir den Raum, um die breite Vielfalt der Tantra-Massage zu erleben: Mit Geborgenheit schenkenden, sinnlich verspielten oder energetisierenden Berührungen hast du die Möglichkeit deine gesamte Herzenergie in die Begegnungen hineinzugeben. Dabei kannst Du sowohl in der gebenden als auch in der empfangenden Rolle für dich selbst wählen, wie weit du dich auf die einzelnen Berührungen einlassen und du bspw. deinen Körper bedeckt lassen möchtest.

Nach einem abschließenden Sharing in der Gruppe lassen wir unsere tantrische Reise in der Regel im gemütlichen Beisammensein zu mitgebrachten Speisen ausklingen.

Wir freuen uns auf Euch!

**Esther & Björn**



<b>Termine</b>	<b>Wertschätzungsbeitrag</b>
Siehe Homepage der Praxis Jembatan	60,00 Euro pro Person
<b>Zeit</b>	<b>Ort</b>
Ankunft: 15:45 Uhr	Praxis Jembatan
Beginn: 16:00 Uhr	Bahnhofstr. 30
Ende: ca. 21:00 Uhr	85609 Dornach (S-Bahn „Riem“)

### **Anmeldung via**

Email: [esther\\_bjoern@vodafone.de](mailto:esther_bjoern@vodafone.de)

Whatsapp, Signal, Telegram: +49 (0) 1516-7155334

### **Folgt uns gerne auf Social Media:**

[Instagram: esther und bjoern](#)

[Facebook: Esther & Björn](#)

### **Mitbringliste**

- Bequeme Kleidung
- Einen Lunghi/Sarong oder ein dünnes Strandtuch
- Ein großes Ritualtuch als Unterlagen (alternativ: Bettlaken ohne Gummizug)
- Ein Handtuch/Kissenbezug zum Schutz der Meditationskissen
- Utensilien zur sinnlichen Erweckung (Federn, Felle, Perlenketten, Düfte etc.)
- Zum frischmachen: kleines Handtuch, Zahnbürste, Mundwasser etc.
- Deine Trikflasche
- Eine leckere Kleinigkeit für das anschließende Buffet

**Bitte treffe frisch geduscht und unparfümiert ein.**