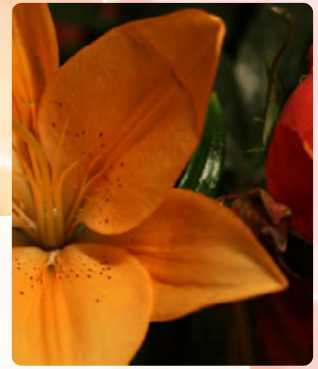


# Sinnliches Tantra

in Bremen



## Tantra Massage Ausbildung

### Der Rahmen

An diesen Seminaren können Paare und Singles teilnehmen. In begleitenden Übungen schule ich zunächst die Wahrnehmung und das bewusste Tun, damit die Massage in einer achtsamen und wertschätzenden Haltung durchgeführt wird.

Paare entscheiden für sich, ob sie den Kurs gemeinsam durchlaufen möchten, oder sich für neue energetische Erfahrungen öffnen. Single-TeilnehmerInnen rate ich, möglichst unterschiedliche energetische Erfahrungen zu sammeln, da sich im Alltagsleben nicht leicht Gelegenheiten in dieser Vielfalt bieten. In spielerischer, zufallsgesteuerter Weise werden die Übungspartner zusammengeführt.

### Die Massage

Die Tantra-Massage hat Ritual-Charakter, es wird ein feststehender Ablauf erlernt, der bei jeder Massage wiederholt wird. Dies ermöglicht den Empfängern der Behandlung ein leichteres Abschalten und Entspannen. In der Regel werden Phasen der Tiefen-Entspannung erreicht, die bei jeder Wiederholung des gleichen Massage-Ablaufes intensiver werden und uns neue regenerative Kräfte schenken. Gleichzeitig erlernen alle TeilnehmerInnen ein Basiswissen, welches ihnen anschließend in erprobter Sicherheit zur Verfügung steht.

Soll die Massage eher anregend sein, gehe ich in die spielerische Kreativität. Wir massieren im Wechselspiel von Yin und Yang, kräftig/zart, langsam/schnell, anregend/beruhigend. Die Energiezentren werden in Schwingung gebracht, so dass sich Gefühle und Heilenergien über den ganzen Körper ausbreiten können.

Wir führen die Tantra-Massage-Zeremonie in einfühlender meditativer Haltung, Leichtigkeit und lustvollem Tun durch. Es ist natürlich auch möglich, dass unerwartet negativ besetzte Gefühle auftauchen, die dann Beachtung, Integration und Heilung erfahren können.



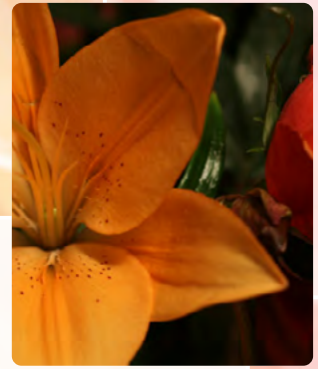
Die Tantra-Massage-Ausbildung



Jutta Kischkat-Camara

# Sinnliches Tantra

in Bremen



## Tantra Massage Ausbildung

In **Teil 1 & 2** werden die Behandlung der Körpervorder- und Rückseite erlernt, darin sind auch eine Kopf- und eine Fußmassage enthalten.

In **Teil 3 & 4** führe ich als neue Elemente die Yoni- und die Lingam-Massage ein.

Gerade in diesen sensiblen Bereichen unseres Körpers werden die Gebenden dazu angehalten, keine Gefühlsregungen zu forcieren, sondern absichtslos zu geben. Dadurch können sich die Empfangenden der Massage ganz hingeben und entspannt ihre Lust im individuellen Tempo entwickeln.

Das Seminar unterstützt eine bewusste Atmung der Gebenden und Empfangenden. Durch die Herz-Atmung gelangen die Massierenden in eine Haltung, die von Liebe und Einfühlungsvermögen geprägt ist, in der eine gute Massage in der Regel jeder Person, auch Ungeübten gelingen kann. Die Empfangenden werden zu einer bewussten, tiefen Atmung animiert, die das Empfindungsvermögen steigert.

Die Tantra-Massage nach Michaela Riedl wurde während meiner 12-jährigen Tantra-Massage-Praxis durch meine eigenen Erfahrungen abgewandelt und erweitert. Es wird ein umfang- und abwechslungsreiches Repertoire an sinnlich-erotischen Berührungen vermittelt, die ein ganzheitliches erfüllendes Erleben garantieren. Der Kurs dient als umfassende Grundlage für privates Massieren, entspricht zudem auch den Kriterien der professionellen Tantra-Massage-Ausbildung. Es ist möglich ein Zertifikat für das berufliche Ausüben von Tantra-Massagen zu erwerben, dafür kann ein Zusatzwochenende belegt werden, in dem vor allem theoretisch/fachliches Grundlagenwissen für die Berufspraxis vermittelt wird.

Namasté – Jutta Kischkat-Camara



Die Tantra-Massage-Ausbildung



Jutta Kischkat-Camara