

Earth my body

mit Nirvano & Team

17. - 21. April 2025 (Ostern)
im Waldhaus Kulturzentrum &
Gemeinschaftsprojekt 3432 Lützelflüh
(ehemals Waldhaus Zentrum)

Eintauchen in die Wunderwelt des Körpers,
begleitet vom rhythmischen Herzschlag,
aufgehoben in der liebevollen Atmosphäre der
heilenden Hände.

Massieren und sich berühren lassen mit
duftenden Ölen, den Körper feiern und geniessen.
Sich ausruhen und Kraft tanken, in
Verbundenheit mit sich selbst und dem gegenüber
sein.



Trainerin

Oceanic Bodywork® Feuer & Erde

Nirvano Martina Schulz arbeitet seit mehr als 30 Jahren mit Meditation, Massage und Körperarbeit, Gruppen und Ausbildungen. Noch in jungen Jahren begegnete sie Osho, der ihr Leben tief beeinflusst und sie für die Arbeit mit Menschen inspiriert hat.

Sie hat die Oceanic Bodywork®-Methode (Aqua, Erde, Feuer Luft) entwickelt, den Cosmic Child Prozess, der sich auf pränatale und ursprüngliche Themen in der Wasserarbeit konzentriert, sowohl das Moon in Water Ritual für Frauen im Wasser und eine zeremonielle Arbeit an Land für Frauen, genannt Spirit Weavers. Ausgebildet in Hawaiian Healing Arts, Rebalancing, Cranio Sacral Balancing und diversen anderen körperorientierten Techniken. Ausbildung am Center for Sacred Studies. Trainerin in WaveMOTION®.





Oceanic Bodywork® Feuer & Erde ist eine einzigartige Synthese von Körperarbeit, die Massage, Tanz, Gesang, Energiearbeit, sowie Pflanzen - und Räucherkunde zu einer einzigartigen Form verschmelzen lässt. Eine Körperarbeit, die tief entspannende und energetisierende Techniken vermittelt.

Inspiriert wurde Oceanic Bodywork® Feuer & Erde durch den spirituellen Meister Osho und dessen Einsichten über die Zusammenhänge von Körper, Geist und Seele, durch die

hawaiianische Tempel Massage sowie den indigenen Zeremonien aus verschiedenen Traditionen.

Hawaiianische Massage, Gelenkmobilisation und Tiefengewebsmassage, Energiearbeit, intuitive Massage sowie Kräuteranwendungen machen Oceanic Bodywork® Feuer & Erde bunt und vielfältig.

Die unterschiedlichen Techniken geben Raum spielerisch zu lernen und der eigenen Intuition und Händen zu vertrauen.

Oceanic Bodywork® Feuer & Erde ist eine Ganzkörpermassage. Dabei massieren eine und auch zwei Personen an Massage-Liegen, im Austausch, miteinander.

Eine Atemtechnik ist der energetische Träger dieser Massage, die den intuitiven Teil unterstützt und während der Massage je nach Bedarf immer wieder eingesetzt wird.

Die Kombination von Massage, Atem und Tanz sowie die begleitende Musik und der Gesang berühren in uns tief liegende Erinnerungen an einen Urzustand und lassen uns in ein Gefühl von Einssein mit der Natur eintauchen. Wir kehren zu unseren inneren Wurzeln zurück und gelangen in einen Zustand tiefster seelischer und körperlicher Entspannung.

Oceanic Bodywork® Feuer und Erde ist eine Reise von den Urkräften der Natur durch unseren Körper zum Herzen.

Die geborgene Höhle der Natursauna ist der ideale Ort für eine stille und reinigende Meditation.

Dieses Seminar ist der erste Teil eines zweiteiligen Trainings und kann auch für sich allein besucht werden. Es ist ein intensiver Selbsterfahrungsprozess für jene, die ihren Körper und Lebensenergie wieder entdecken, lieben und geniessen wollen.

Inhalte

Massage Techniken zwei- und vierhändig
Tiefengewebsmassage
Atemtechnik
Gelenkmobilisation
Themenbezogene Anatomie
Aktive und passive Meditationen
Tanzen
Räucherkunde
Pflanzenessenzen & Ätherische Öle
Natursauna

Vorkenntnisse

Vorkenntnisse in Massage, Musik und Tanz sind nicht erforderlich.

Sprache

Das Training wird in deutscher Sprache unterrichtet. Eine Übersetzung in englisch, italienisch und französisch wird angeboten.

Einführung und Training Teil 1 „Earth my body“

17. - 21. April 2025 (Ostern)

Waldhaus Kulturzentrum (ehemals Waldhaus) in Lützelflüh

Kurskosten CHF 650.-

Kost/Logis CHF 416.- bis CHF 576.- je nach Zimmerkategorie

Weitere Informationen und Anmeldung

oceanicbodywork@me.com

www.oceanicbodywork.com

Kost & Logis

Übernachtung im eigenen Camper oder Gruppenraum/Dom mit eigenem Schlafsack (Matratzen und Kissen stehen zur Verfügung)

CHF 416.-

MBZ mit acht Betten neben dem grossen Gruppenraum angrenzend an den Duschen und Toiletten

CHF 476.-

DZ im grünen oder gelben Hüsli im Garten, mit wenigen Schritten vom Gruppenraum und sanitären Anlagen entfernt.

CHF 516.-

DZ bei Sam's Place mit eigenem Bad, etwa 8-10 Gehminuten vom Waldhaus entfernt

CHF 576.-

Zeitplan

Donnerstag, 17. April 2025

Check in	ab 17 Uhr
Abendessen	19 Uhr
Gruppensaal	20 Uhr

Freitag, 18. April - Sonntag 20. April 2025

Frühstück	08:30 Uhr
Gruppensaal	09.30 - 13 Uhr
Mittag & Pause	13 - 15 Uhr
Gruppensaal	15 - 19 Uhr
Abendessen	19 Uhr

Gruppensaal	20:30 Uhr
-------------	-----------

Montag, 21. April 2025

Frühstück	08:30 Uhr
Gruppensaal	09:30 - 13 Uhr
Check out	14 Uhr

Was ist alles enthalten

- 50 Stunden Unterricht & Praxis
- Gesunde und nahrhafte vegetarische Mahlzeiten.
- 5 Tage und 4 Nächte im Kulturzentrum & Gemeinschaftsprojekt Lützelflüh (ehemals Waldhaus) im schönen Emmental, nur wenige Schritte zum Wald entfernt mit Ausblick zu den Bergen.
- Das Kulturzentrum verfügt über einen schönen Saal (ehemals Hochzeitssaal) den wir als Gruppenraum benutzen werden. Im unteren Teil des Saals befindet sich das Bistro, wo unsere Köchin die Mahlzeiten serviert.
- Ein Mehrbettzimmer mit 8 Betten befindet sich direkt neben dem Gruppensaal, zwei Doppelzimmer sind in einem gelben und grünen Häuschen im Garten, mit wenigen Schritten erreichbar.
- Weitere Doppel- oder Mehrbettzimmer gibt es bei Sam's Place, etwa 10 min zu Fuss vom Waldhaus entfernt.

Nicht inbegriffen

Transport zum und vom Veranstaltungsort.