



## Workshop „Tantra“

Sexualität ist für Frauen mit unseren Erkrankungen häufig ein belastetes Thema. Viele von uns haben frustriert „aufgegeben“ aus Angst vor Schmerzen, Verletzungen oder tagelangen Beschwerden nach dem Geschlechtsverkehr.

Wir hören aus unseren Reihen immer wieder von Frauen, die eine Tantra-Masseurin aufgesucht haben und diesen Besuch als Bereicherung für sich und ihre Sexualität erlebt haben. Das haben wir zum Anlass genommen, einen virtuellen Tantra-Workshop für euch zu organisieren.

Mit Szusanna haben wir eine seriöse und herzliche Tantra-Masseurin gefunden, die zu uns passt.

Das sind die Themen:

- Was ist Tantra?
- Modernes Tantra in der heutigen Zeit
- Was kann die Tantra-Massage und die tantrische Sichtweise bei mir als Frau bewirken?
- Wie kann tantrisch gelebte Sexualität meine Partnerschaft unterstützen und bereichern?
- Tantrische Übung zur bewussten Wahrnehmung „Im Hier und Jetzt eintauchen“

Datum: 16. März von 19:00 bis 20:30 Uhr

Kosten: € 20,00

Maximale Teilnehmerzahl 8 Frauen