

TANTRA LEVEL 1 - TERMINE FÜR DIE SESSIONS - FRAUEN

ZEITRAUM 4.11.2021 – 10.2.2022

3 Wochen WEIHNACHTSPAUSE 21.12.2021 – 10.01.2021

TANTRA EINFÜHRUNG MODUL 1 für FRAUEN & MÄNNER

- Einführung ins Tantra
- Grundbegriffe
- Geschichte des Tantra
- **Donnerstag, 4.11.2021 19 Uhr 30 Ingrid**
Ritual 1 zum Erwachsen werden und Abschließen von dem, was noch offen ist. So ist ein klarer Einstieg in diesen Zyklus gegeben.
- **Montag, 8.11.2021, 19 Uhr 30**
Ritual 2 zum Öffnen des tantrischen Raumes

DIE BEFREITE VAGINA MODUL 2 für FRAUEN

- Session mit Swami Ishan Tirth: Durga´s Siddha Kunjika Stotram um Blockaden zu reinigen
- Body Positivity / Scham / Angst / Aggression / den Körper lieben lernen - mit Sara Ablinger
- **Donnerstag, 11.11.2021, 19 Uhr 30 S1 INGRID**
Die 9 Orgasmen der Frau
- **Montag, 15.11.2021, 19 Uhr 30 S2 INGRID**
Dearmoring + Vaginal Dearmoring
- Die Befreiung von Schmerz und Spannung
- Der vaginale Orgasmus
- G-Punkt inkl Squirten, Cervix-Orgasmus, klitoraler Orgasmus
- **Donnerstag, 18.11.2021, 19 Uhr 30 Austauschrunde S3 INGRID**
- **Montag, 22.11.2021, 19 Uhr 30 S4 INGRID**
Beckenboden – Kegel
- **Donnerstag, 25.11.2021, 19 Uhr 30 S5 Ingrid**
Yoni Eggs
- Montag, 29.11.2021, 19 Uhr 30 Austauschrunde S5 INGRID

DER TANZ VON SHIVA & SHAKTI MODUL 3 für FRAUEN & MÄNNER

- **Donnerstag, 2.12.2021, 19 Uhr 30 S1 INGRID**
Sex & die Chakren & Kundalini

- Shiva & Shakti verkörpern - Die Wichtigkeit und Akzeptanz der Polarität von Mann und Frau
- Die sexuelle Energie lenken – Transfiguration
- Session mit Swami Ishan: Panchagni Vidya
- Tantrischer Sex - Sexuelle Energie aufbauen und im Körper zirkulieren lassen
- **Montag 6.12.2021, 19 Uhr 30 S2 RALF**
Warum orgasmusfixierter Sex zur Entfremdung in der Partnerschaft führt
- Slow Sex
- **Donnerstag, 09.12.2021, 19 Uhr 30, S3 INGRID**
Spirituelle Sexualität, TANTRISCHE SEXUALITÄT, ENERGIEKREISLAUF
- Yoga Asanas für den sexuellen Flow
- **MONTAG, 13.12.2021, 19 Uhr 30 Austauschrunde, S4, INGRID**
- **Donnerstag, 16.12.2021, 19 Uhr 30 Tantrisches Rebirthing, S5 RALF**
- **Montag, 20.12.2021, 19 Uhr 30: Session 1: Die Regulierung des Nervensystems alleine und als Paar S6 NICOLE**

SHAKTI -VON DER LIEBE ZUM ERWACHEN MODUL 4 für FRAUEN

- **Montag, 10.01.2022, 19 Uhr 30, Modul 4 S1, Seelenanteile deiner sexuellen Wunden zurückholen – NICOLE WINTER**
- **Mittwoch, 13.01.2022, 19 Uhr 30 Modul4 S2 INGRID**
Die tantrische Vagina
- Der verlängerte und der mehrfache Orgasmus
- **Dienstag, 18.01.2022, 19 Uhr 30, M4 S3 INGRID**
Die tantrische Menstruation
- **Donnerstag, 20.01.2021, 19 Uhr 30, M4, S5 Ingrid**
- Anal-Dearmoring
- **Montag, 24.01.2021 19Uhr 30 AUSTAUSCH RUNDE, M4, S4, INGRID**
- **Donnerstag, 27.01.2021, 19 Uhr 30, Die Medizin der Emotionen, M4 S7 Nicole**
- **Donnerstag, 03.02.2022, 19 Uhr 30, M4 S9, INGRID (Bhakti Yoga Teil 1)**
Donnerstag, 07.02.2022, 19 Uhr 30, M4 S10, INGRID (Bhakti Yoga Teil 2)
- Sich als Göttin erkennen
- Bhakti Yoga - Hingabe an das Göttliche
- **Donnerstag, 10.02.2022, 19 Uhr 30 M4 S11, INGRID**
ABSCHLUSSRUNDE & AUSTAUSCH

ZUSÄTZLICH

Session mit tantrischem Rebirthing mit Ralf Lieder

Nicole Misha Winter

Session 1: Die Regulierung des Nervensystems alleine und als Paar

Session 2: Die Medizin der Emotionen

Session 3: Seelenanteile deiner sexuellen Wunden zurückholen