

Conscious Touch

Workshop für Berührungsvielfalt & Genuss

Sinnesreize
Spüren
4-Elemente-Massage

Heilehaus Berlin
23. März 2024
10:00 - 18:00 Uhr



Mona



Leon

Möchtest du deine Sinnlichkeit tiefer erforschen?

Hast du Lust, dich von tantrischen Massage-techniken inspirieren zu lassen?

Willst du deine Sensibilität und Genussfähigkeit steigern?

Bei diesem Workshop probierst du ganz spielerisch neue Arten der Berührung aus. Du übst im Kontakt mit Anderen, deine Wünsche und Grenzen zu erspüren und zu kommunizieren. Egal ob du gerade erst anfängst, dich mit bewusster Berührung zu beschäftigen oder schon lange auf der Reise bist: bei uns bist du in guten Händen.

All Gender welcome.

Dieser Workshop setzt den Fokus auf zwei Themen der Berührungsvielfalt.

Sinnesreize

Wir werden mit unseren unterschiedlichen Sinneseindrücken spielen und experimentieren, entweder mit dem eigenen Körper oder ein paar kreativen Tools wie z.B. Federn, Fell, Öl.. (lasst euch überraschen!). In der Massage komponiert ihr dann eure Favoriten zu einem köstlichen Spür-Bankett.

Spüren

Die Haut ist unser größtes Sinnesorgan und kann uns großen Genuss schenken. Durch Langsamkeit und bewusste Berührungen erhöhst du deine Sensibilität und verfeinerst deine Wahrnehmung nicht nur als gebende, sondern auch als empfangende Person.

Konsens..

In unseren Workshops ist uns gegenseitiges Einvernehmen wichtig. Daher üben wir zu Anfang spielerisch und ganz bewusst, wie wir unsere Bedürfnisse und Grenzen gut spüren und ausdrücken können und haben eine Haltung der Achtsamkeit und Fehlerfreundlichkeit.

Nacktheit..

Wir zelebrieren den menschlichen Körper in all seiner Vielfalt. Du entscheidest selbst ob Du bei den Übungen Kleidung trägst oder nackt bist. Wir bitten dich in jedem Fall um Respekt und Toleranz gegenüber der Entscheidung anderer Teilnehmer:innen.

Massage Flow..

Im letzten Teil dieses Workshops werden wir eine Massage anleiten. Möchtest du diese Erfahrung lieber mit einer vertrauten Person erleben, kommt gerne als Paar. Wir achten nicht auf ein bestimmtes Geschlechterverhältnis, du solltest also eine generelle Offenheit mitbringen, auch mit dem gleichen Geschlecht in Kontakt zu kommen.

4-Elemente-Massage..

Erde, Wasser, Feuer und Luft geben den Rahmen und die Inspiration für die geführte Massage am Ende. Die Berührung erfolgt anhand der Qualitäten der Elemente, so wird dem Element Erde eine kräftige Berührung zugeschrieben. Lass dich verwöhnen und entdecke neue, lustvolle Sinnlichkeiten.

Über uns..

Mona..

.. ist Sexual - und Paarberaterin. Sie begleitet Menschen authentisch und respektvoll dabei, ihre Sexualität und ihre Beziehung selbstbestimmt zu gestalten. Zudem ist Mona gelernte Tantramasseurin und hat unter anderem bei Schoßraumwelten massiert.

mehr Infos unter www.monarauber.com

Leon..

.. ist ausgebildeter Tantramsseur (nach Andro) und erforscht verschiedene Stile von Berührungen und Massage. Auf seinem Weg interessiert ihn dabei unter anderem wie unter Männern Zärtlichkeit normalisiert werden kann.

mehr Infos unter www.leonsommer.de

Anmeldung..

Kosten: 99 €, die ersten drei Anmeldungen zahlen nur 89 €

Sollte Geld für dich ein Hindernis darstellen, sprich uns an und wir schauen was sich machen lässt.

Eine Rückerstattung erfolgt bis zu 7 Tage vor dem Event.



Anmeldung



Fragen an
hallo@leonsommer.de