



Lomy-Flying Meditation

11 Termine, ab Freitag, 23. Jän 2026, 19:00 - 20:00 Uhr

Hawaiianisches Flying wurde von Kahu Abraham entwickelt, um sich selbst zu entfalten. Diese Form der Meditation ist die Basis für Hula und Lua (hawaiianische Kampfkunst), Heilmassagen und die Navigations-Kunst der polynesischen Seefahrer. Die Navigatoren im alten Hawaii konnten durch Flying ihr Bewusstsein ausdehnen und somit neue Inseln erkunden. Es ist eine Abfolge gleichförmiger Bewegungen, ähnlich dem Flug eines Frigattvogels über den weiten Ozean. Die dynamische Bewegungsabfolge stärkt physische und psychische Ausdauer, Flexibilität sowie persönliche Ausdehnung und Aufrichtung.

Hawaiianisches Flying fördert die Fähigkeit zu Präsenz, zum Lenken von Aufmerksamkeit und Energie, zu Bewusstheit und fließender Beweglichkeit in alle Richtungen. Gleichzeitig hat es tief transformierende Wirkung auf Körper und Geist und in alle Dimensionen unserer Existenz. Die Fragen: Wer bin ich? Wo stehe ich? Wohin gehe ich? werden durch die eigenen Bewegungsmuster sichtbar und beginnen sich zu verändern. Die Reise zu sich selbst hat begonnen! Finde Zugang zu deinen eigenen Kompass und genieße deine ganz persönliche Trauminsel Leben.

Im unbeirrten Durchfliegen von auftauchenden Themen und Widerständen, stellt sich zunehmend ein Gefühl großer Befreiung, Lebendigkeit und Beglückung ein. Die Bewegungen harmonisieren sich allmählich entsprechend der inneren Veränderung.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, man kann jeder Zeit einsteigen, bitte um Anmeldung!

Vielen Dank!

Benefits

Anmeldung: Beweglichkeit

- o Sanfte Muskelstärkung
- o Daniela Hammer
- o Synchronisierung der Gehirnhälften
- o danielahammer12@gmail.com
- o Ganzheitliche Balance und Harmonie
- o 0650 / 55 14 672
- o Gruppenrhythmatik beschleunigt den Transformationsprozess
- o www.eisenbergerhof.at
- o Neues Bewusstsein wird erschlossen

„Lerne dich anders zu bewegen und dein Geist ändert sich!“ Kahunas



Eisenbergerhof

Preis:

€ 12,-/Person



Daniela Hammer

Begegnung & Gesundheit
Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen

