

(Read and download) Nuad verstehen und richtig anwenden: Der Traum vom Fliegen

Nuad verstehen und richtig anwenden: Der Traum vom Fliegen

Von Eva Alagoda-Coeln

ePub | *DOC | audiobook | ebooks | Download PDF



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Produktinformation -Verkaufsrank: #506781 in BcherVerffentlicht am: 2008-10-01Abmessungen: 6.34 x .31b x 7.95l, Einband: Taschenbuch160 Seiten | File size: 29.Mb

Von Eva Alagoda-Coeln : Nuad verstehen und richtig anwenden: Der Traum vom Fliegen before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Nuad verstehen und richtig anwenden: Der Traum vom Fliegen:

KundenrezensionenHilfreichste Kundenrezensionen4 von 4 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Ein Gewinn fr die Praxis!Von C. M.Die Autorin versteht es meisterhaft die verschiedenen Grifftechniken und Positionen zu erklren. Geschichtliches, Anatomie und Wirkungsweisen sowie Kontraindikationen kommen nicht zu kurz. Es macht Freude den bungsablauf zu erlernen und anzuwenden. Allerdings ist es fr Anfnger nicht sinnvoll nur aus einem Buch zu lernen. Es ist daher empfehlenswert alles in Bewegung zu setzen um von der Lehrerin persnlich zu lernen und dann anhand des Buches den Ablauf zu vertiefen!Dieses Lehrbuch bietet eine inspirierende und einfhlsame Anleitung fr die Praxis!3 von 3 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Praezise, informativ und schlankVon Roberta A.Schlank von der Form - aber nicht schlank im Inhalt. In knappen und praezisen Worten schafft es die Autorin, einen umfangreichen Ueberblick zu vermitteln - und dabei bis ins Detail zu gehen. Jede Technik ist ausfuehrlich beschrieben und mittels Abbildung genau nachzuvollziehen.Extrem hilfreiches Basiswerk, speziell fuer alle, die Nuad lernen, oder auffrischen wollen.Ich selbst hatte die Freude, bei der Autorin selbst in Ausbildung zu sein und das Buch hat mir sehr geholfen, die Struktur zu erkennen und die Basics zu erlernen.Fazit: SEHR EMPFEHLENSWERT(Ich selbst praktiziere Nuad und bin nach wie vor begeistert, wie wirksam es ist.)R.A.2 von 2 Kunden fanden die folgende Rezension hilfreich. Sehr gutes Lehrbuch und NachschlagewerkVon HedioDas Buch ist fr meine Ausbildung zur Nuad - Praktikerin sehr hilfreich. Die anschaulichen bungen bei denen jeweils der Aufbau, die Wirkungsweise und die Kontraindikationen beschrieben werden, geben einen guten Einblick in diese Form der Krperarbeit. Die Geschichte Nuad`s ist in dem Buch ebenso zu finden wie der Verlauf der Energielinien (Sen), etwas Anatomie sowie die Anwendung von Kruterstempeln und Tees. Ein sehr empfehlenswertes Buch fr Nuad-Praktizierende, fr Leute die sich

mit passiver Körperarbeit beschäftigen oder auch einfach nur für Interessierte, die ja vielleicht dadurch diese Ausbildung selbst absolvieren möchten. Ergänzt gibt die Autorin ihr umfangreiches Wissen in ihren Nuad-Kursen vorzüglich weiter.

Kurzbeschreibung Nuad, eine traditionelle asiatische Methode der Körperarbeit, gliedert sich in unterschiedliche Wirkungsebenen (physisch, emotional, energetisch, spirituell). Je nach Zugang der einzelnen AnwenderInnen werden einzelne Aspekte stärker hervorgehoben. Dieses Lehrbuch beschreibt alle Ebenen möglichst ausführlich: die Wirkung einzelner Übungen auf bestimmte Muskeln, Gelenke, Organe inwieweit bei den Übungen emotionale Dysbalancen wahrgenommen bzw. ausgeglichen werden die Einbeziehung energetischer Aspekte (Energienlinien und -punkte, Chakren) der meditativ-spirituelle Zugang von Gebenden und Nehmenden Das Lehrbuch ist praxisnah, übungsorientiert gestaltet, das heißt, reich bebildert und ausführlich erklärt. Jede einzelne Übung wird im Aufbau genau dargelegt, Wirkungsweise, eventuelle Fehler in der Ausführung und mögliche Kontraindikationen angeführt. Jahrelange Erfahrung der Autorin sowohl in der Ausübung von Nuad als auch in der Supervision Lernender fließen in die Beschreibung der Übungen und deren Wirkungen ein. Weiters soll der Bezug von Nuad zu Yoga deutlich gemacht werden den Hatha-Yoga-Übungen wird ein Kapitel gewidmet, ebenfalls mit Fotos und Wirkung.