

## **Am Pulse des Lebens Freiheit fühlen**

### **4. Festival der Sinne am 20. Mai 2006 in Wien bietet totalen Sinnesrausch für Körper, Geist und Seele**

Auch heuer gilt wieder „Eintritt frei“ für diesen Tag voller Lebens-Sinn. 40 UnternehmerInnen aus dem Gesundheits-, Wellness- und Kulturbereich heißen ab 11 Uhr interessierte BesucherInnen herzlich Willkommen. Die große Tennishalle im MAXX Sportcenter, Jedlersdorferstraße 94, Wien 21, wird wieder festlich geschmückt, lebende Bäume und Blumen laden ein, länger zu verweilen. Das dichte Festivalprogramm verleitet zu vielen Stunden puren Genuss für die fünf Sinne, tausende BesucherInnen der Vorjahre gaben dem Konzept recht.

Das Motto 2006 lautet: „Fühlen“ und in diesem Sinne haben sich alle AusstellerInnen Sinnesschmankerln ausgedacht.

#### **Die Kraft des Atems spüren**

Atem ist ein wesentlicher Schlüssel für körperliches und psychisches Wohlbefinden. Die subtile wie eindringliche Wirksamkeit einer tiefen und runden Atmung ist seit Jahrtausenden bekannt. Obmann Wolfgang Steiner vom ATMAN Österreichischer Verein für integratives Atmen und sein engagiertes Team laden auf ihrem Stand beim Festival der Sinne ein, die Kraft des eigenen Atmen bewusst zu spüren: „Wir können den Atem als zentralen Schlüssel zur Gesundheit, Selbsterkenntnis und Lebensverlängerung erfahren lernen. Das Wissen über die Kraft des Atems ist uraltes Wissen verbunden mit den Erkenntnissen der modernen Wissenschaft und Psychologie. Aus der Praxis sind viele positive Wirkungen im Bereich verschiedener gesundheitlicher Probleme, Stressreduktion, verschiedene psychische Störungen bis hin zur persönlichkeitsweiternden Selbsterfahrung und transpersonalen Öffnung belegt. Eine besonders wertvolle therapeutische Wirkung finden wir in dem am Ende einer Sitzung meistens auftretenden positiven Körpergefühl, das u.a. bei depressiven Erkrankungen zu einer fortschreitenden Aufhellung des Bewusstseins führen kann.“

#### **Flying - Ka'alele au - "Der Schritt des Navigators" – Energiearbeit aus Hawaii**

Durch Kahuna Bodywork erhöhen wir unseren Energiefluss und verbinden uns mit unserem Zentrum und unserer Kraft. Die Basis ist das „Flying“, eine Bewegungsmeditation ähnlich dem Qi Gong. Durch die Berührung aus dem Tanz des Flyings kommt harmonische Bewegung in die Ganzheit von Körper, Geist und Seele. Kahuna Bodywork ist ein unvergleichliches Erlebnis der Einheit und Geborgenheit.

Am Stand von Iwilani Christine Bauer und ihrem Partner Kurt Reiter vom Institut Lama Lama o Hawaii können BesucherInnen das Flying für sich entdecken und in die hawaiianische Energiearbeit hineinschnuppern.

Flying ist eine Form meditativer Bewegung, die aus den Kampfkünsten und Hula entwickelt wurde. Es ist ein tanzend, fließender Bewegungsablauf, der Balance und Koordination im Körper und auch in der psychischen Basis bewirkt. Mit diesem Training erreichten die Navigatoren des alten Hawaii eine Ausdehnung ihres Bewusstseins, um über tausende von Meilen ohne technische Hilfsmittel ihren Weg über den Ozean zu finden, die Krieger ihre Ausdauer und Gewandtheit und die Heiler ihre Sensibilität, Gefühl und ihre Kraft.

#### **Das musst du erlebt haben!**

Das Festival der Sinne, 20. Mai 2006, 11 bis 20 Uhr, ist ein noch nie da gewesene Einladung an die fünf Sinne des Menschen. Über die fünf Sinne erfahren wir Techniken und Alternativtherapien direkter, das trägt dazu bei, die Selbstheilungskräfte jedes Menschen zu fördern. Für gesunde Menschen in einer gesunden Umwelt.

Rücksprache bei: Eva Laspas, Erfolgsmanagement, Tel: +43 1 2807627, [eva@laspas.at](mailto:eva@laspas.at), [www.festivaldersinne.info](http://www.festivaldersinne.info)