



Entspannung Hypnose

Diese beiden Hypnosefiles ermöglichen es dir Entspannung zu üben.

- Die Muskelentspannung wirkt durch Entspannung und Anspannung unterschiedlicher Muskelgruppen.
- Der entspannte und sichere Ort wirkt als Phantasiereise entspannend.

Du brauchst für diese Hypnosen keine Vorbereitung.

Na, schon neugierig?
Genieße die Hypnose!