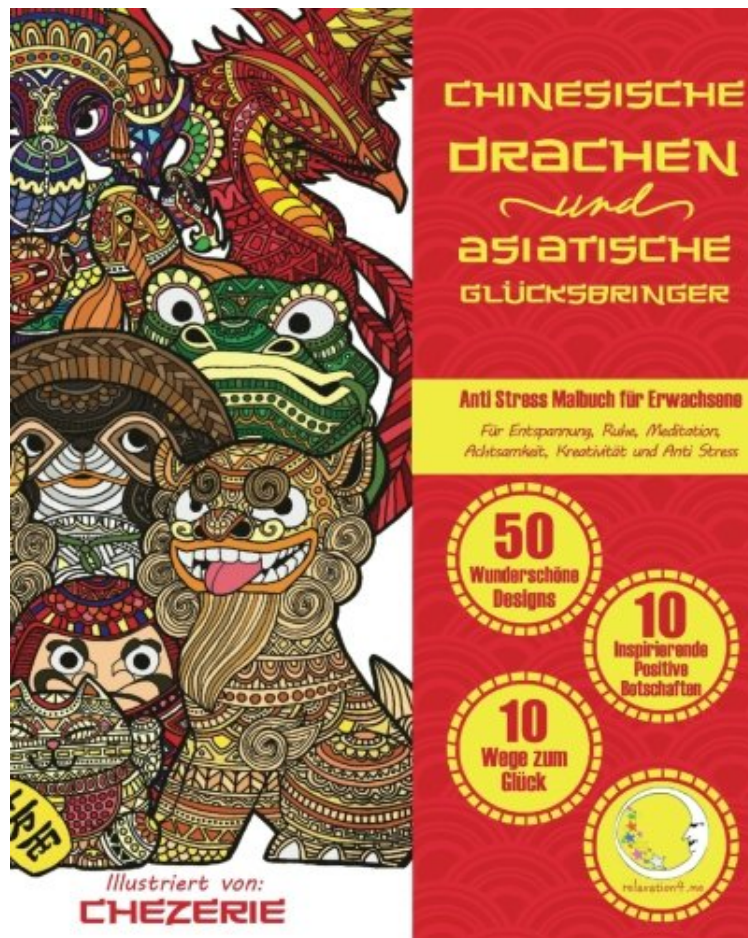


[Download free pdf] ANTI STRESS Malbuch für Erwachsene: Chinesische Drachen und Asiatische Glücksbringer (Entspannung, Ruhe, Meditation, Achtsamkeit, Kreativität und Spass zum Ausmalen) (German Edition)

## ANTI STRESS Malbuch für Erwachsene: Chinesische Drachen und Asiatische Glücksbringer (Entspannung, Ruhe, Meditation, Achtsamkeit, Kreativität und Spass zum Ausmalen) (German Edition)

relaxation4.me

\*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



Download

Read Online

#10305436 in Books 2016-04-18Original language:German 10.00 x .30 x 8.00l, .62 #File Name:  
1532790821132 pages | File size: 67.Mb

relaxation4.me : ANTI STRESS Malbuch für Erwachsene: Chinesische Drachen und Asiatische Glücksbringer (Entspannung, Ruhe, Meditation, Achtsamkeit, Kreativität und Spass zum Ausmalen) (German Edition) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised ANTI STRESS Malbuch für Erwachsene: Chinesische Drachen und Asiatische Glücksbringer (Entspannung, Ruhe, Meditation, Achtsamkeit,

Kreativität und Spass zum Ausmalen) (German Edition):

????? "sehr schönes Buch, prima zum Entspannen" - Amazon Kunde ?????? "Ein Traum" - kugelino ?????? "hochwertig und detailreich" - Amazon Kunde ?????? "Sehr Empfehlenswert!" - Sven G. ?????? "Richtig tolles Malbuch" - Michaela Otto ?????? "sehr zufrieden" - Katja ?????? "Hier wurde eine Idee ganz toll umgesetzt." - S. Schütte-Schoon NEU EINSEITIG BEDRUCKT 50 + 6 EINZIGARTIGE KREATIVITÄTSFÖRDERNDE ANTI-STRESS ILLUSTRATIONEN INKLUSIVE TIPPS FÜR EIN STRESSFREIERES LEBEN VORSCHAU!der ersten 9 Illustrationen: [www.relaxation4.me/drachen](http://www.relaxation4.me/drachen) "Die Arbeit von relaxation4.me vereint Kunst, eine positive Einstellung und ein aufrichtiges Bestreben Gutes in der Welt zu bewegen. Die Bücher sind eine Freude, gestaltet für alle zum Spass haben und Entspannen." - Dr. Ben Michaelis, Autor von Your Next Big Thing: 10 Small Steps to Get Moving and Get Happy + Internationales Phänomen und Megatrend! + Anti-Stress Garantie! + Malen hat einen beruhigenden Effekt und fördert die Kreativität! + Dieses Malbuch für Erwachsene sorgt für wochenlange Unterhaltung! + 50 wunderschön gestaltete und sehr detaillierte Illustrationen von chinesischen, japanischen und anderen asiatischen Glücksbringer! + 6 Bonus Illustrationen! + Besonders detaillierte und komplexe Illustrationen für Erwachsene! + Durch das Malen kommt der Kopf zur Ruhe und die Entspannung und Achtsamkeit steigt! + Beim Ausmalen werden Sie Glück in Ihr Leben ziehen! + Inklusive: 10 Wege zum Glück! + Inklusive: 10 Inspirierende positive Botschaften! + Jede Illustration ist auf einem separaten Blatt, um farbdurchbluten zu vermeiden! + Auch für Beginner geeignet. Ausmalen ist einfach und macht Spass! + Verbessert die Augen-Hand Koordination! + Erhöht das Bewusstsein für sich und seine Umgebung! + Beim Malen fühlt man sich wie in einer Meditation! + Depressionen haben keine Chance! + Wellness und Yoga für die Seele! + Perfekt auch als Weihnachtsgeschenk, Geburtstagsgeschenk und Valentinstagsgeschenk! + 132 Seiten! + Dieses Buch ist über 250€ wert! Was ist drinnen? + Daruma + Winke-Katze + O-Mamori + Drache #1 + Lachender Buddha + Tanuki + Drachenschildkröte + Ganesha + Drache #2 + Löwenhund + Koi Fisch + Chinesisches Mystic Knot + Dreibeinige Kröte + Drache #3 + Yin Yang Symbol + Phoenix und Drache + Noh Masken + Doppeltes Glückssymbol + Glück bringende Kreaturen + Glücks-Bambus + Phoenix + Glück bringendes Symbol #1 + Drache #4 + Glück bringendes Symbol #2 + Drache #5 + Indischer Buddha + Chibi Mönche + Glück bringendes Symbol #3 + Glück bringendes Symbol #4 + Drache #6 + Asiatische Lilie + Chinesische Münzen + Drache #7 + Glück bringendes Symbol #5 + Glücksbeutel + Drache #8 + Glücksfrucht + Drache #9 + Chinesische Vase + Elefanten + Glück bringendes Symbol #6 + Glückskuh + Glückseule + Glückstiger + Glücksholzspielzeug + Regenbogenfisch + Glückskranich + Glück bringendes Symbol #7 + Mandarin Ente + Glücksschmetterling + Bonus Illustration #1 + Bonus Illustration #2 + Bonus Illustration #3 + Bonus Illustration #4 + Bonus Illustration #5 + Bonus Illustration #6 Schenken Sie sich selbst Entspannung und bestellen Sie sofort für eine schnelle Lieferung! Bekommen Sie 10 KOSTENLOSE Bonus Illustrationen während Sie auf das Buch warten: <http://relaxation4.me/bonus-illustrationen>

About the Author"Die Arbeit von relaxation4.me vereint Kunst, eine positive Einstellung und ein aufrichtiges Bestreben Gutes in der Welt zu bewegen. Die Bücher sind eine Freude, gestaltet für alle zum Spass haben und Entspannen." - Dr. Ben Michaelis, Autor von Your Next Big Thing: 10 Small Steps to Get Moving and Get Happy 5 Vorteile von Malen, die Ihr Leben bereichern werden Beim darüber Nachdenken, wie wir unseren Teil zur Verbesserung der Welt beitragen könnten, sind wir auf Malbücher gestoßen. Malbücher sind der neueste Trend weltweit. Aber warum sind sie so beliebt? 1. Malen reduziert Stress Beinahe unsere gesamte Bevölkerung ist von Stress betroffen. Während dem Malen kommt die Amygdala, das Angstzentrum des Gehirns, zur Ruhe, Stress wird abgebaut und Sie fühlen sich ganzheitlich entspannt. 2. Malen bringt den Geist in Harmonie Tagtäglich ringen etliche Impulse und Reize um unsere Aufmerksamkeit. Malen erlaubt es dem Maler diese Sorgen zu vergessen und den Moment zu fühlen. Dieser Zustand ähnelt der Meditation – der Kopf gibt Ruhe und wir können uns im hier und jetzt einfinden. 3. Malen erhöht die Kreativität Beim Auswählen, Mischen und Abstimmen von Farben aktivieren und trainieren Sie das Kreativitätszentrum des Gehirns. 4. Malen verbessert die Hand-Augen Koordination Obwohl fast jeder einen Farbstift nehmen und anfangen kann zu malen, erfordert die Aktivität des Malens komplexe Prozesse und Kommunikationen beider Gehirn Hemisphären. Sowohl logisches Denkvermögen, als auch Kreativität sind erforderlich. Ihre Hand und Ihre Augen müssen sich in einem perfekten Wechselspiel bewegen, um die Vision eines Meisterwerks aus Ihren Gedanken Realität werden zu lassen. 5. Malen macht Spass Ehrlich gesagt, wer mochte Malen als Kind nicht? Mit dem Älterwerden hören wir mit vielen Dingen auf, die wir geliebt haben, als wir noch klein waren. Jetzt ist es Zeit wieder Spass zu haben. Keine Regeln, keine Verpflichtungen und keine Erwartungen. Haben Sie einfach Spass :) VIEL SPASS BEIM MALEN!