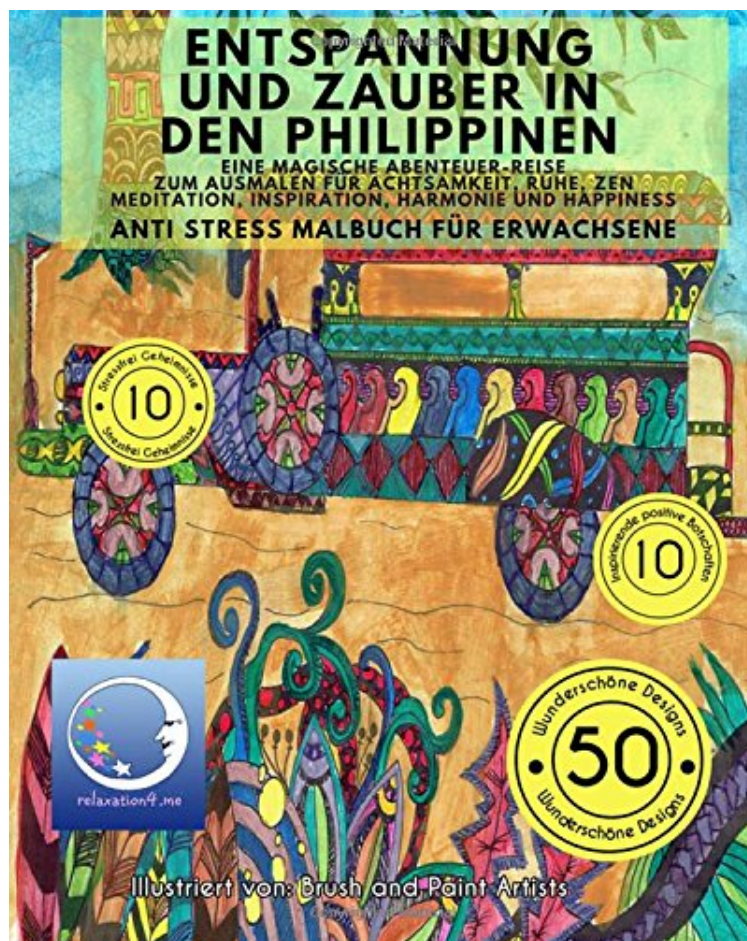


(Read free) ANTI STRESS Malbuch für Erwachsene: Entspannung und Zauber in den Philippinen - Eine Magische Reise zum Ausmalen für Achtsamkeit, Ruhe, Zen ... Harmonie und Happiness (German Edition)

ANTI STRESS Malbuch für Erwachsene: Entspannung und Zauber in den Philippinen - Eine Magische Reise zum Ausmalen für Achtsamkeit, Ruhe, Zen ... Harmonie und Happiness (German Edition)

relaxation4.me

DOC | *audiobook | ebooks | Download PDF | ePub



DOWNLOAD



READ ONLINE

Relaxation4 Me 2016-07-06Original language:German 10.00 x .31 x 8.00l, .62 #File Name: 1535118350134 pagesAnti Stress Malbuch Fur Erwachsene Entspannung Und Zauber in Den Philippinen Eine Magische Reise Zum Ausmalen Fur Achtsamkeit Ruhe Zen Meditation | File size: 32.Mb

relaxation4.me : ANTI STRESS Malbuch für Erwachsene: Entspannung und Zauber in den Philippinen - Eine Magische Reise zum Ausmalen für Achtsamkeit, Ruhe, Zen ... Harmonie und Happiness (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: Entspannung und Zauber in den Philippinen - Eine Magische Reise zum Ausmalen für

Achtsamkeit, Ruhe, Zen ... Harmonie und Happiness (German Edition):

60% DISCOUNT NUR FÜR KURZE ZEIT NORMALER PREIS: 9,95€ NEU EINSEITIG BEDRUCKT MEHR SEITEN ALS BEI 95% DER KONKURRENZ 50 + 6 EINZIGARTIGE KREATIVITÄTSFÖRDERNDE ANTI-STRESS ILLUSTRATIONEN INKLUSIVE TIPPS FÜR EIN STRESSFREIERES LEBEN VORSCHAU! Sehen Sie die ersten 9 Illustrationen des Buches hier: www.relaxation4.me/philippinen "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 neuester Megatrend! + Unser Nr. 1 Bestseller auf dem amerikanischen Markt! + 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 den wunderschönsten Landschaften und Kulturgütern der Philippinen! + 6 Bonus Illustrationen! + Besonders detaillierte und komplexe Illustrationen für Erwachsene, aber auch Jungs, Mädchen und (ältere) Kinder werden sie lieben! + Durch das Malen kommt der Kopf zur Ruhe und die Entspannung und Achtsamkeit steigt! + Wir übernehmen keine Verantwortung dafür, wenn Sie für Ihren nächsten Urlaub die Philippinen als Reiseziel wählen;) + Illustriert von philippinischen Künstlern mit Behinderungen! + Inklusive: 10 Geheimnisse für eine stressfreie Lebensweise! + Inklusive: 10 Inspirierende positive Botschaften! + Inklusive: Kurze Anleitung zum Malen! + 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! + Steigert das Selbstbewusstsein und 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! + Kreieren Sie Ihr eigenes Kunstwerk! + Perfekt auch als Weihnachtsgeschenk, Geburtstagsgeschenk und Valentinstagsgeschenk! + 132 Seiten! + Dieses Buch ist über 250€ wert! Was ist drinnen? + Manila Stadthalle + Bangui Windfarm Ilocos + Mayon Vulkan + Rizal Park Manila + Zamboanga + Taal Vulkan + Igorot Mädchen + Hundred Islands + Mt. Arayat + Bacolod Masskara Fest + Filipiniana + Tinikling Volkstanz + Kalesa + Jeepney + Dreirad + Sorbetero Dirty Ice Cream + Tahoe Vendor + Chocolate Hills + Banaue + Nipa Hut + Vinta + Strand + Province + Luneta Park + Tagaytay Parksicht + Zamboanga + Bohol + Mindoro Wind Farm + Strandküste + Pandanggo Sa Llaw + Sonnige Farm + Vulkan + Vigan + Wasserfälle + Windfarm + Bohol + Albay + Carabao + Carabao Cart + Higante Fest + Jeepney Vorne + Jeepney Seite + Ma Cristina Falls + Cebu + Palawan + QC Memorial Circle + Rice Terraces + Pagsanjan Falls + San Juanico Brücke + Mt. Banahaw + Bonus Illustration #1 + Bonus Illustration #2 + Bonus Illustration #3 + Bonus Illustration #4 + Bonus Illustration #5 + Bonus Illustration #6 Am besten Sie schenken sich selbst Entspannung und bestellen 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!