



Bestellformular

Hiermit bestelle ich verbindlich folgende Produkte:

Bezeichnung	Anzahl	Preis pro Stück	Gesamtbetrag
Nr. 1: Starke Zähne (MP3 Audioaufnahmen)			
Nr. 2: Aufrechte Wirbelsäule (MP3 Audioaufnahmen)			
Nr. 3: Stressfreier Kiefer und Becken (MP3 Audioaufnahmen)			
Nr. 4: Ausgeglichene Elemente und Meridiane nach TCM (MP 3 Audioaufnahmen)			
Nr. 5: Lichtvolle Aura (Aura und Lichtkörper) (MP3 Audioaufnahmen)			
Alle 5 Trainingseinheiten „plus“ (MP3 Audioaufnahmen und Worddokument)		100,00 €	
Porto und Verpackung: <ul style="list-style-type: none"> Über WeTransfer 		Frei	
<ul style="list-style-type: none"> Audio auf CD plus Verpackung und Porto 		5,00 €	
<ul style="list-style-type: none"> Audio auf USB plus Verpackung und Porto 		8,00 €	

€-Ausgleich für das MET:

- Eine einzelne Trainingseinheit: € 25,00
- Zwei einzelne Trainingseinheiten: € 45,00
- Drei einzelne Trainingseinheiten: € 65,00
- Vier einzelne Trainingseinheiten: € 85,00
- Alle fünf Trainingseinheiten plus eine Audio-Aufnahme mit Kristall-Klangschalen **SP € 100,00**

Der Verkauf erfolgt über „Natur und Klang“ von Arthur Meissner (Kleinunternehmer §19, keine MwSt)

Nach der Bestellung erhalten Sie eine formale Rechnung.

Bitte das Bestellformular ausfüllen und an mich zurücksenden (Mail, Post oder Telefon).

.....
 Name Vorname

.....
 Straße PLZ Ort

.....
 Mail

.....
 Ort, Datum Unterschrift



Die einzelnen Trainingseinheiten:

MET Nr. 1: Starke Zähne

⇒ Inhalte:

- 1 Audio-Aufnahme: Einführung in das Zahnschema, 4:35 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: Nur Autogenes Training
- 1 Audio-Aufnahme: Nur die Atemübung für die Zähne 22.17 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: Autogenes Training + Atemübung für die Zähne, 33.17 Min.
- 1 Info-Flyer: Starke Zähne mit Erklärung des Zahnschemas und Tipps

MET Nr. 2: Aufrechte Wirbelsäule

⇒ Inhalte:

- 1 Audio-Aufnahme: Nur Autogenes Training, 11:00 Min
- 1 Audio-Aufnahme: Nur die Atemübung für die Wirbelsäule, 24.08 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: AT + Atemübung für die Wirbelsäule, 35:08 Min.
- 1 Info-Flyer: Aufrechte Wirbelsäule mit Erklärung der Wirbelsäule und der Chakren

MET Nr. 3: Stressfreier Kiefer und Becken

⇒ Inhalte:

- 1 Audio-Aufnahme: Einführung in Kiefer und Becken, 11:13 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: Lockerungsübungen für Kiefer und Becken, 13:17 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: Progressive Muskelentspannung (PMR) für Kopf und Kiefer, 9:58 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: Progressive Muskelentspannung (PMR) + Yoga Nidra, 28:59 Min.
- 1 Info-Flyer: Stressfreier Kiefer und Becken
- **Erklärung:** bei dieser Trainingseinheit geht es hauptsächlich darum, den Kiefer mit seiner Muskulatur zu lockern und zu entspannen. Probleme in diesem Bereich sind sehr oft auf Stress zurück zu führen. Ein verspannter Kiefer kann sich auch auf die oberen Halswirbel und die gesamte Nacken-Schultermuskulatur ungünstig auswirken. Deshalb habe ich für dieses Training 2 verschiedene Entspannungs Methoden (PMR und Yoga Nidra) gewählt. Vorher können die Lockerungsübungen durchgeführt werden.

MET Nr. 4: Ausgeglichene Elemente und Meridiane nach TCM

⇒ Inhalte:

- 1 Audio-Aufnahme: Nur Autogenes Training, 11:00 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: Nur die Atemübung für die Elemente und Meridiane, 26.10 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: AT + Atemübung für die Elemente und Meridiane, 37:10 Min.
- 1 Info-Flyer: Ausgeglichene Elemente und Meridiane mit entsprechenden Erklärungen

MET Nr. 5: Lichtvolle Aura (Aura und Lichtkörper)

⇒ Inhalte:

- 1 Audio-Aufnahme: Einführung in Aura und Lichtkörper, 12:20 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: Nur Autogenes Training, 11:00 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: Nur die Atemübung für Aura und Lichtkörper, 21.27 Min.
- 1 Audio-Aufnahme: AT + Atemübung für Aura und Lichtkörper, 32:27 Min.
- 1 Info-Flyer: Lichtvolle Aura

Alle fünf Trainingseinheiten „plus“ :

- Plus 1 Zusätzliche Aufnahme nur Kristallklangschalen 15:00 Min.
- Plus 1 Gesundheitsgebet (auch zur Stärkung des Immunsystems einsetzbar)