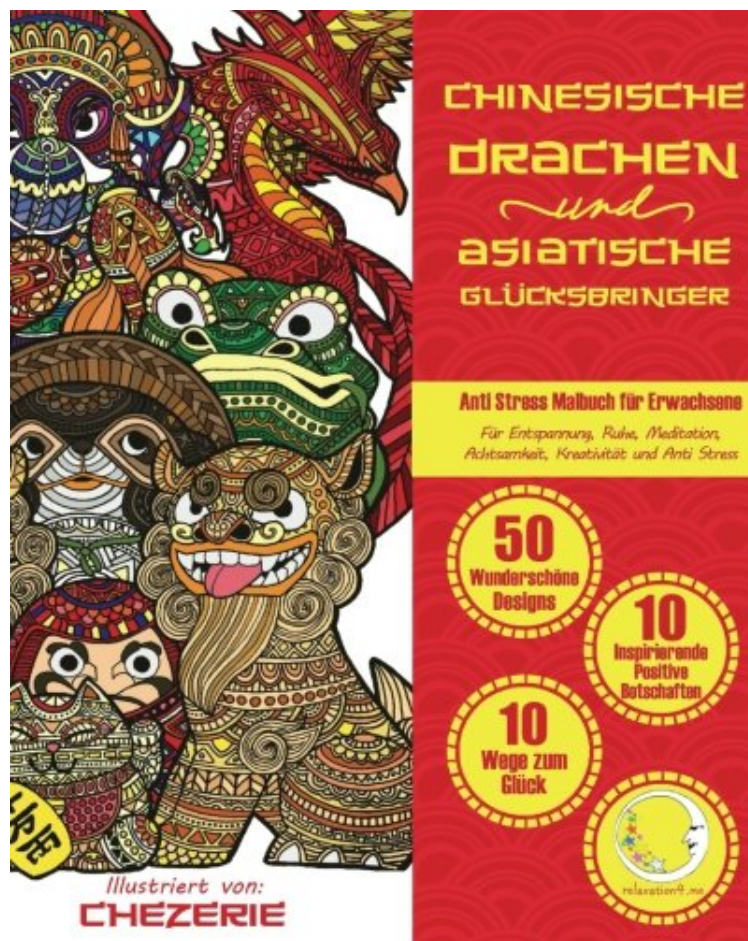


[Library ebook] ANTI STRESS Malbuch fr Erwachsene: Chinesische Drachen und Asiatische Glcksbringer (Entspannung, Ruhe, Meditation, Achtsamkeit, Kreativitt und Spass zum Ausmalen) (German Edition)

ANTI STRESS Malbuch fr Erwachsene: Chinesische Drachen und Asiatische Glcksbringer (Entspannung, Ruhe, Meditation, Achtsamkeit, Kreativitt und Spass zum Ausmalen) (German Edition)

relaxation4.me

audiobook | *ebooks | Download PDF | ePub | DOC



[Download](#)

[Read Online](#)

#10303609 in Books 2016-04-18Original language:German 10.00 x .30 x 8.00l, .62 #File Name:
1532790821132 pages | File size: 78.Mb

relaxation4.me : ANTI STRESS Malbuch fr Erwachsene: Chinesische Drachen und Asiatische Glcksbringer (Entspannung, Ruhe, Meditation, Achtsamkeit, Kreativitt 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 fr Erwachsene: Chinesische Drachen und Asiatische Glcksbringer (Entspannung, Ruhe, Meditation, Achtsamkeit, Kreativitt und Spass zum Ausmalen) (German Edition):

"sehr schnes 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. Schtte-Schoon NEU EINSEITIG BEDRUCKT 50 + 6 EINZIGARTIGE KREATIVITTSFRDERNDE ANTI-STRESS ILLUSTRATIONEN INKLUSIVE TIPPS FR EIN STRESSFREIERES LEBEN VORSCHAU!der ersten 9 Illustrationen: www.relaxation4.me/drachen "Die Arbeit von relaxation4.me vereint Kunst, eine postive Einstellung und ein aufrichtiges Bestreben Gutes in der Welt zu bewegen. Die Bcher sind eine Freude, gestaltet fr 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 Phnomen und Megatrend! + Anti-Stress Garantie! + Malen hat einen beruhigenden Effekt und frdert die Kreativitt! + Dieses Malbuch fr Erwachsene sorgt fr wochenlange Unterhaltung! + 50 wunderschn gestaltete und sehr detaillierte Illustrationen von chinesischen, japanischen und anderen asiatischen Glcksbringer! + 6 Bonus Illustrationen! + Besonders detaillierte und komplexe Illustrationen fr Erwachsene! + Durch das Malen kommt der Kopf zur Ruhe und die Entspannung und Achtsamkeit steigt! + Beim Ausmalen werden Sie Glck in Ihr Leben ziehen! + Inklusive: 10 Wege zum Glck! + Inklusive: 10 Inspirierende positive Botschaften! + Jede Illustration ist auf einem separaten Blatt, um farbdurchbluten zu vermeiden! + Auch fr Beginner geeignet. Ausmalen ist einfach und macht Spass! + Verbessert die Augen-Hand Koordination! + Erhht das Bewusstsein fr sich und seine Umgebung! + Beim Malen fhlt man sich wie in einer Meditation! + Depressionen haben keine Chance! + Wellness und Yoga fr die Seele! + Perfekt auch als Weihnachtsgeschenk, Geburtstagsgeschenk und Valentinstagsgeschenk! + 132 Seiten! + Dieses Buch ist ber 250 wert! Was ist drinnen? + Daruma + Winke-Katze + O-Mamori + Drache #1 + Lachender Buddha + Tanuki + Drachenschildkrte + Ganesha + Drache #2 + Lwenhund + Koi Fisch + Chinesisches Mystic Knot + Dreibeinige Krte + Drache #3 + Yin Yang Symbol + Phoenix und Drache + Noh Masken + Doppeltes Glckssymbol + Glck bringende Kreaturen + Glcks-Bambus + Phoenix + Glck bringendes Symbol #1 + Drache #4 + Glck bringendes Symbol #2 + Drache #5 + Indischer Buddha + Chibi Mnche + Glck bringendes Symbol #3 + Glck bringendes Symbol #4 + Drache #6 + Asiatische Lilie + Chinesische Mnzen + Drache #7 + Glck bringendes Symbol #5 + Glcksbeutel + Drache #8 + Glcksfrucht + Drache #9 + Chinesische Vase + Elefanten + Glck bringendes Symbol #6 + Glckskuh + Glckseule + Glckstiger + Glcksholzspielzeug + Regenbogenfisch + Glckskranich + Glck bringendes Symbol #7 + Mandarin Ente + Glcksschmetterling + 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 fr eine schnelle Lieferung! Bekommen Sie 10 KOSTENLOSE Bonus Illustrationen whrend Sie auf das Buch warten: <http://relaxation4.me/bonus-illustrationen>

About the Author"Die Arbeit von relaxation4.me vereint Kunst, eine postive Einstellung und ein aufrichtiges Bestreben Gutes in der Welt zu bewegen. Die Bcher sind eine Freude, gestaltet fr 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 darber Nachdenken, wie wir unseren Teil zur Verbesserung der Welt beitragen knnten, sind wir auf Malbcher gestoen. Malbcher sind der neueste Trend weltweit. Aber warum sind sie so beliebt? 1. Malen reduziert Stress Beinahe unsere gesamte Bevlkerung ist von Stress betroffen. Whrend dem Malen kommt die Amygdala, das Angstzentrum des Gehirns, zur Ruhe, Stress wird abgebaut und Sie fhlen sich ganzheitlich entspannt. 2. Malen bringt den Geist in Harmonie Tagtglich ringen etliche Impulse und Reize um unsere Aufmerksamkeit. Malen erlaubt es dem Maler diese Sorgen zu vergessen und den Moment zu fhlen. Dieser Zustand hnelt der Meditation der Kopf gibt Ruhe und wir knnen uns im hier und jetzt einfinden. 3. Malen erhht die Kreativitt Beim Auswhlen, Mischen und Abstimmen von Farben aktivieren und trainieren Sie das Kreativittszentrum des Gehirns. 4. Malen verbessert die Hand-Augen Koordination Obwohl fast jeder einen Farbstift nehmen und anfangen kann zu malen, erfordert die Aktivitt des Malens komplexe Prozesse und Kommunikationen beider Gehirn Hemisphren. Sowohl logisches Denkvermgen, als auch Kreativitt sind erforderlich. Ihre Hand und Ihre Augen mssen sich in einem perfekten Wechselspiel bewegen, um die Vision eines Meisterwerks aus Ihren Gedanken Realitt werden zu lassen. 5. Malen macht Spass Ehrlich gesagt, wer mochte Malen als Kind nicht? Mit dem lterwerden hren 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!