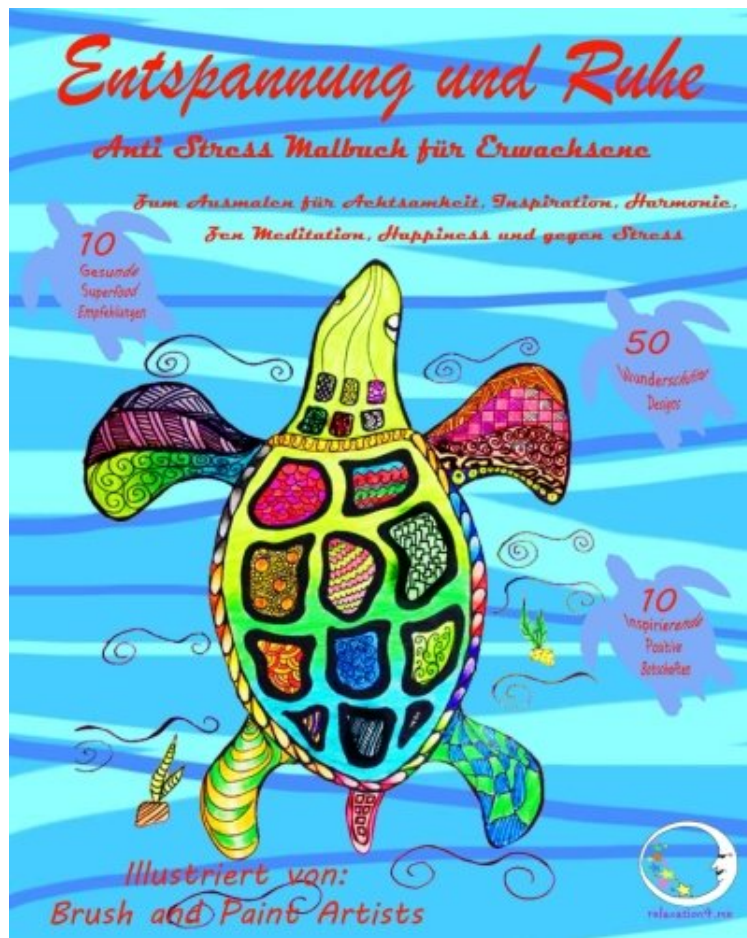


(Download) ANTI STRESS Malbuch fr Erwachsene: Entspannung und Ruhe - Zum Ausmalen fr Achtsamkeit, Inspiration, Harmonie, Zen Meditation, Happiness und gegen ... fr Mnner und Frauen) (German Edition)

ANTI STRESS Malbuch fr Erwachsene: Entspannung und Ruhe - Zum Ausmalen fr Achtsamkeit, Inspiration, Harmonie, Zen Meditation, Happiness und gegen ... fr Mnner und Frauen) (German Edition)

relaxation4.me

*Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks



DOWNLOAD



+

READ ONLINE

Relaxation4 Me 2016-05-25Original language:German 10.00 x .30 x 8.00l, .62 #File Name: 153342537X132 pagesAnti Stress Malbuch Fur Erwachsene Entspannung Und Ruhe Zum Ausmalen Fur Achtsamkeit Inspiration Harmonie Zen Meditation Happiness Und Gegen St | File size: 32.Mb

relaxation4.me : ANTI STRESS Malbuch fr Erwachsene: Entspannung und Ruhe - Zum Ausmalen fr Achtsamkeit, Inspiration, Harmonie, Zen Meditation, Happiness und gegen ... fr Mnner und Frauen) (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: Entspannung und Ruhe - Zum Ausmalen fr Achtsamkeit, Inspiration, Harmonie,

Zen Meditation, Happiness und gegen ... fr Mnner und Frauen) (German Edition):

"Tolle Idee zur Entspannung" - Alina "Super" - kugelino "ein tolles Geschenk" - St.S. "Sehr zu empfehlen" - PRHilden "ein schnes Buch" - Chris W. NEU EINSEITIG BEDRUCKT MEHR SEITEN ALS BEI 95% DER KONKURRENZ 50 + 6 EINZIGARTIGE KREATIVITTSFRDERNDE ANTI-STRESS ILLUSTRATIONEN INKLUSIVE TIPPS FR EIN STRESSFREIERES LEBEN VORSCHAU! Sehen Sie die ersten 9 Illustrationen des Buches hier: www.relaxation4.me/entspannung "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 neuster Megatrend! + Anti-Stress Garantie! + Malen hat einen beruhigenden Effekt und frdert die Kreativitt! + Malbcher fr Erwachsene fhren die internationalen Bestseller Charts! + Dieses Malbuch fr Erwachsene sorgt fr wochenlange Unterhaltung! + 50 wundersch gestaltete und detaillierte Illustrationen von Elefanten, Pferde, Herzchen, Eulen und viel viel mehr! + 6 Bonus Illustrationen! + Besonders detaillierte und komplexe Illustrationen fr Erwachsene, aber auch Jungs, Mdchen und (Itere) Kinder werden sie lieben! + Durch das Malen kommt der Kopf zur Ruhe und die Entspannung und Achtsamkeit steigt! + Illustriert von vielen unserer Knstler, die auch bei unseren Bestseller ENTPANNUNG UND ZAUBER IN DEN PHILIPPINEN ANTI STRESS, ACHTSAMKEIT, RUHE und MEDITATION mitgewirkt haben! + Inklusive: 10 Superfoods Empfehlungen, die die Gesundheit strken knnen! + Inklusive: 10 Inspirierende positive Botschaften! + Inklusive: Kurze Anleitung zum Malen! + 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! + Steigert das Selbstbewusstsein und 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! + Kreieren Sie Ihr eigenes Kunstwerk! + Perfekt auch als Weihnachtsgeschenk, Geburtstagsgeschenk und Valentinstagsgeschenk! + 132 Seiten! + Dieses Buch ist ber 250 wert! Was ist drinnen? + Eule auf Ast + 3 Herze + Elefant + Lady + Blume 1 + Blume 2 + Schloss + Regen + Mondlicht + Tropische Pflanzen + Herz + 4 Herze + Formen + Filipiniana + Tiger + Glck + Elefant und Herz + Mdchen + Turteltauben + Recycle + Mango + 2 Herze + 4 Blumen + Vogelhaus + Herze + Fruchtkorb + Blume 3 + Musik Mdchen + Mond + Kreis + Kreise + Baum + Rose + Herze und Sterne + Elefantenfamilie + Blume 4 + Koi Fische + Pferde + Walfisch + Meeresschildkrte + Strand + Papaya Mango Banane + Vinta + Htte + Meeresschildkrte 2 + Kokosnuss + Feld + Fahrender Jeepney + Gumamela + Eulenkreatur + 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 fr eine schnelle Lieferung! Bekommen Sie 10 KOSTENLOSE Bonus Illustrationen whrend Sie auf das Buch warten: <http://relaxation4.me/bonus>

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 hnel 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!