

Nieuw



Rustgevende meditaties

Rustgevende meditaties

Mediteren is fijn en gezond, maar kan zeker in het begin best "moeilijk" zijn. Deze cd helpt je bij het loslaten van gedachten, zodat je echt tot rust komt. De ervaren meditatiedocent Mark Triggeler heeft speciaal voor Happiness elf meditatieoefeningen ingesproken: twee van twintig minuten en negen kortere. De 'minimeditaties' duren vier minuten: lang genoeg om volledig te kunnen ontspannen, maar kort genoeg om ook - ja juist! - op drukke dagen te doen.

Prijs € 14,95; abonneeprijs € 9,95



Relax cd,
volume 1
Prijs € 14,95;
abonneeprijs € 9,95



Classic Relax cd,
volume 2
Prijs € 9,95;
abonneeprijs € 4,95



Relax cd,
volume 3
Prijs € 14,95;
abonneeprijs € 9,95



Relax cd,
volume 4
Prijs € 14,95;
abonneeprijs € 9,95



Cd 'Words
of Wisdom'
Prijs € 14,95;
abonneeprijs € 9,95