

Inhalt

Einleitung	4
Besser Schlafen 2	6
MP3-Download der Phantasiereise	19
Anleitung für diese Phantasiereise.....	20
Sounddatei im MP3-Format	20
Text zum Vorlesen	22
Was macht Phantasiereisen so besonders?	24
Wie funktionieren Phantasiereisen?	36
Anhang.....	40
Autorenportrait: Frank Hoesel	40
Autorenportrait: Nils Klippstein	42
Nutzungsbedingungen	45
Liebe dich selbst! Übungen, Phantasiereisen & Inspirationen für mehr Selbstliebe und Selbstwert	46
Entdecke dein Inneres Kind: Phantasiereise für mehr Lebensfreude & Selbstwert	48
Kostenlose Phantasiereise für Kinder	49
Kostenlose Phantasiereise für Erwachsene	50
Deine 5 Vorteile als Premium-Mitglied	51
Bitte bewerte diese Phantasiereise	52