



Tantra Furada

Veelgestelde vragen voor Tantra workshops

Tantra van Furada is gericht op het leven in het hier en nu: genieten, voelen, liefde, intimiteit, seksuele energie, plezier en ontspanning. Alles vanuit je eigen kracht in verbinding met jezelf en anderen. Je leert meer te leven vanuit je hart, grenzen te stellen en te vragen wat je nodig hebt. We werken met ademhaling, dans, geleide meditaties, lichaamswerk, visualisaties, massages en rituelen. Dit alles is

Met wie doe ik de oefeningen?

Als je als stel samenkomt bepaal je zelf of je de oefeningen met je eigen partner of een ander wilt doen. Je kunt dit ook afwisselen door de wat intiemere oefeningen met je eigen partner te doen en andere oefeningen met een ander.

Is er seksueel contact?

Onze trainingen zijn niet gericht op expliciet seksueel contact en dit is in de oefenruimte ook niet toegestaan. Oefeningen kun wel sensueel zijn waarbij jij zelf je grenzen stelt.

Moet ik bloot?

Het grootste gedeelte draag je makkelijk zittende kleding. Soms draag je een lunghi (omslagdoek). Afhankelijk van je eigen wensen en grenzen mag deze bij bepaalde oefeningen ook uit. Het is goed om te weten dat veel deelnemers hier in meer of mindere mate moeite mee hebben en je dus niet de enige bent die dit wellicht lastig vindt.

Wat voor mensen nemen hier aan deel?

Over het algemeen zijn de deelnemers 35 jaar of ouder en actief bezig met persoonlijke groei en zelfontwikkeling. Stellen komen veelal voor verdieping van hun relatie. Als je relatieproblemen hebt is Tantra niet de oplossing. De Tantra workshops van Furada zijn geen therapiegroep.

Wat maakt Furada anders dan anderen?

Furada is gericht op het leven in het hier en nu: genieten, voelen, liefde, intimiteit, seksuele energie, plezier en ontspanning. Alles vanuit je eigen kracht in verbinding met jezelf en anderen. Je leert meer te leven vanuit je hart, grenzen te stellen en te vragen wat je nodig hebt. We werken met ademhaling, dans, geleide meditaties, lichaamswerk, visualisaties, massages en rituelen. Dit alles is gericht op persoonlijke groei, bewustwording en geluk. De dagen bieden je ontroering, plezier, verrassingen, een open hart en kennismaking met je eigen kracht, kwetsbaarheid en patronen. Er wordt vooral ervaren. Tantra Furada is voor mensen die er naar verlangen aanwezig te zijn in hun lichaam en vanuit hun hart willen leven.