

## AnandaWave®-Tantrisches Berührungstraining



**AnandaWave® ist offizieller Ausbilder des Tantramassage-Verbandes (Berufsverband für zertifizierte tantrische Körperarbeit und sexuelle Gesundheit)**

### Inhalt des tantrischen Berührungstrainings

Es gibt viele **Menschen, die sich intensiv für die Tantramassage** aus privaten oder beruflichen Gründen interessieren, **sie aber nicht ins Zentrum ihres Berufslebens stellen möchten**. Für diese Menschen ist **das tantrische Berührungstraining** gedacht.

Dieser Weg gliedert sich in die aufeinander aufbauenden Level 1 und Level 2. Jeder Level umfasst mehrere thematische Module.

Das Berührungstraining ist offener und macht keinen Prüfungsabschluss – bietet aber **die gleiche Intensität an Erfahrungen und die gleichen Lernfelder wie die Profi-Ausbildung**. Unser Berührungstraining in tantrischer Berührungskunst bietet dir den nötigen und geschützten Rahmen – frei von Angst – damit du **deine innerlich schlummernden Potenziale und deine Sinnlichkeit voll zur Entfaltung bringen** kannst. Wer am tantrischen Berührungstraining teilnimmt, betritt einen Raum, in dem er sich mit seiner Sexualität auf tiefgreifende und horizonterweiternde Weise befasst. Als Teil der Gruppe innerhalb des Berührungstrainings bist du **eingebunden in ein Netz aus Menschen**, die sich als Forschende auf dem abenteuerlichen Gebiet der Sinnlichkeit und Lust bewegen. Vielfach verwandeln sich die Teilnehmenden dadurch auf beachtliche Weise: Der eigene Körper wird neu entdeckt, der Sinn für Berührungen verändert sich, das allgemeine Selbstbewusstsein wächst.

Das Berührungstraining beinhaltet **dieselben Modulveranstaltungen wie die Profi-Ausbildung**, es gibt aber **keine Pflichtmodule**. Außerdem **entfallen Protokollierung und Nachweispflicht für**

**professionelle Massagen.** Das Berührungstraining findet in einer relativ stabilen Gruppe statt – Du sind also nicht bloß Einzelperson, sondern Teil einer festen, durch Vertrauen verbundenen Gruppe. Dadurch entsteht langfristig echte Nähe, in der sich der Mut entfalten kann, sich als Mensch so zu zeigen, wie man wirklich ist.

**Wichtig für Teilnehmer:innen des Berührungstrainings und Profis:**

Der Besuch der beiden Veranstaltungen Level 1 Modul 1 und Level 1 Modul 2, bzw. 2b in dieser Reihenfolge ist Voraussetzung für den Besuch aller weiteren Veranstaltungen für Teilnehmende des Berührungstrainings und für Profis. Danach können die Veranstaltungen in beliebiger Reihenfolge besucht werden. Es ist also beispielsweise möglich, nach diesen beiden Veranstaltungen als nächstes direkt zu Level 2 Modul 5 zu springen.

**Für das Berührungstraining gilt zudem:**

Diese beiden Module (bzw. entsprechende Veranstaltungen) können auch bei anderen Anbieter:innen besucht worden sein, um danach bei AnandaWave® an den höherstufigen Modulen teilzunehmen.

---

## Struktur des tantrischen Berührungstrainings Level 1:

### Modul 1: Grundseminar – Einführung in die tantrische Berührungskunst

Das Tantramassage - Grundseminar findet in einer gemischten Gruppe von beruflich ambitionierten und persönlich interessierten Teilnehmenden statt. Die Begegnung von Frauen, Männer und Menschen mit diversem Geschlecht im Kontext der sinnlichen Massage und dem daraus entstehenden heilsamen Prozess verstehen wir als Grundvoraussetzung für eine professionelle Tantramassagetätigkeit. Das Tantramassage - Grundseminar vermittelt folgende Inhalte:

- Erlernen der sinnlichen AnandaWave®-Tantramassage
- Die Verehrung der weiblichen, männlichen und diversen Sexualität als zentrales Thema
- Theoretische und demonstrative Einführung in die Yoni- und Lingam-Massage
- Üben der Yoni- und Lingam-Massage im Rahmen eines festlichen Rituals
- Körper- und Atemübungen, Meditation und Tanz
- Raum für persönliche und prozessbezogene Mitteilungen

**Nächsten Termine:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen

**Kosten:** 890,00 € + Unterkunft und Verpflegung

**Dauer:** 6 Tage

**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal

**Seminarleitung:** Nicole Schuttenberg, Christoph Kraus, Madlen Thonhauser

### Modul 2b: Yoni- und Lingam-Achtsamkeitsseminar (Selbsterfahrungsseminar)

Diese Tantramassage - Weiterbildung findet in einer Gruppe von persönlich interessierten Teilnehmenden statt:

- Meditationen, die uns im Kontakt mit uns Selbst und mit der uns allen innewohnenden Urkraft der Sexualität unterstützen können
- Kultivierung einer inneren Haltung von Selbstliebe, auch Selbstschutz und Selbstannahme, die entscheidend sind für eine wertschätzende, liebe- und lustvolle Berührungsqualität auch zum Gegenüber hin
- Übungen zum Aufbau von Spürvermögen
- Konkrete Berührungsanleitungen für Yoni und Lingam, in kleinen Schritten, die in Achtsamkeit ausgeführt, eine sehr ehrliche und tiefe Erfahrung möglich machen

**Nächsten Termine:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen

**Kosten:** 890,00 € + Unterkunft und Verpflegung

**Dauer:** 6,5 Tage

**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal

**Seminarleitung:** Christoph Kraus und Madlen Thonhauser

## **Modul 2: Tantramassage - Intensivseminar zur Yoni- und Lingam-Massage (Pflicht für die Ausbildung)**

Das Tantramassage-Intensivseminar findet in einer Gruppe mit erfahrenen Teilnehmenden statt. Es werden folgende Inhalte vermittelt:

- Stabilisierung der sexuellen Identität jenseits von einengenden gesellschaftlichen Bildern und Vorstellungen
- Verfeinern und Vertiefen der AnandaWave®-Tantramassage mit neuen Bewegungsimpulsen
- Aufbau eines sinnlich-erotischen Spannungsbogens in der Massage
- Intensive Ausbildung und konkrete Berührungsanleitung für Yoni und Lingam, die in Achtsamkeit ausgeführt, eine sehr ehrliche und tiefe Erfahrung möglich machen
- Erweitertes anatomisches, funktionales und energetisches Fachwissen zur weiblichen und männlichen Sexualität
- Schaffen eines natürlichen Umgangs mit der eigenen sexuellen Energie als Quelle von Selbstvertrauen
- Intensive Auseinandersetzung mit eigenen sexuellen Themen
- Das Erleben von weiblicher, männlicher und diverser Identität in Frauen- und Männergruppen

**Nächster Termin:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen

**Kosten:** 890,00 € + Unterkunft und Verpflegung

**Dauer:** 6,5 Tage

**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal

**Seminarleitung:** Nicole Schuttenberg, Christoph Kraus, Madlen Thonhauser

## **Modul 3: Das Seminar "Anale Versuchung"**

Die „Anale Versuchung“ findet in einer Gruppe mit erfahrenen Teilnehmenden statt. Es werden folgende Inhalte vermittelt:

- Demonstration der Beckenbodenmassage
- Erlernen der Beckenbodenmassage
- Anatomisches, funktionales und energetisches Fachwissen zur männlichen und weiblichen Prostata und zum Analbereich
- Auseinandersetzung mit der persönlichen Haltung zu den Themen: Kontrolle und Loslassen, Bewusstheit und Flexibilität, Akzeptanz und Lust
- Demonstration der Anal- und Prostata-Massage
- Intensives üben der Anal- und Prostata-Massage

**Nächster Termin:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen

**Kosten:** 640,00 € + Unterkunft und Verpflegung

**Dauer:** 3,5 Tage

**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal

**Seminarleitung:** Nicole Schuttenberg, Christoph Kraus

## **Modul 4: Kompetenz trifft Leidenschaft**

Das Seminar "Kompetent trifft Leidenschaft" findet in einer Gruppe mit erfahrenen Teilnehmenden statt. Es werden folgende Inhalte vermittelt:

- Konkrete Merkmale der AnandaWave-Tantramassage benennen und umsetzen
- Verschiedene Bewegungssequenzen erlernen und üben
- Stille, Meditation und Chakrenübungen
- Intuition: Das Hier und Jetzt in der Massage
- Energetisches Grundwissen zur Tantramassage
- Schattenarbeit
- Dynamik, Leidenschaft und Atmung in der Massage
- Übertragung der neuen Erkenntnisse in die eigene Tantramassage

**Nächster Termin:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen  
**Kosten:** 640,00 € + Unterkunft und Verpflegung  
**Dauer:** 4,5 Tage  
**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal  
**Seminarleitung:** Michaela Riedl und Assistent:innenteam

---

## **Struktur des tantrischen Berührungstrainings Level 2:**

### **Kompetenztraining zur AnandaWave® – Tantramassage Gesamtübersicht**

Das Kompetenztraining findet in einer gemischten Gruppe von beruflich ambitionierten und persönlich interessierten Teilnehmenden statt. Es baut auf den Lerninhalten von Level 1 auf, vertieft die Erfahrungen in der Ausübung der Tantramassage und dient der Reflexion der eigenen sexuellen Kompetenz. Interessant ist Level 2 für alle Menschen, die ihre Tantramassage weiter professionalisieren möchten. In diesem Teil der Ausbildung beschäftigen sich die Teilnehmenden intensiv mit ihrer eigenen Sexualität. Die Auseinandersetzung ist Teil eines persönlichen Reifungsprozesses und erweitert das persönliche sexuelle Spektrum. Ein wesentlicher Lernprozess in diesem Kompetenztraining ist die Sensibilisierung des Bewusstseins für den eigenen Körper und die eigene Sexualität. Dies schafft eine Präsenz, die einen für die Bedürfnisse der empfangenden Person öffnet.

Voraussetzung für die Teilnahme am Level 2:

- Abschluss des Level 1 beziehungsweise
- Teilnahme am Grundseminar sowie am Intensivseminar zur Yoni- und Lingam-Massage oder dem Yoni- und Lingam-Achtsamkeitsseminar (oder vergleichbaren Seminaren in anderen Instituten).

Die Teilnahme an Level 2 Modul 4 ist professionellen Tantramasseur:innen vorbehalten, die eine Zertifizierung für „Tantramasseur:in Level 2“ anstreben. Eine Zertifizierung des Level 2 ist nur nach Zertifizierung des Level 1 möglich.

### **L2, Modul 1: Von der Selbstliebe zum kompetenten Gegenüber**

Dieses Seminar findet in einer Gruppe mit erfahrenen Teilnehmenden und Profi-Tantramasseur:innen nach Level 1 statt. Es werden folgende Inhalte vermittelt:

- Erlernen einer 4-Hand-Massage
- Zelebrieren eines tantrischen Selbstlieberituals
- Entwicklung einer Haltung zur Hingabe
- Meditation zur Ich-Selbst-Verkörperung
- Meine sexuelle Geschichte, und was ich daraus gelernt habe
- Meine eigenen sexuellen Bedürfnisse benennen und erleben
- Individueller Ausdruck und fachliche Kompetenz in der Yoni-, Lingam-, Anal-, und Prostata-Massage

**Nächster Termin:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen  
**Kosten:** 640,00 € (zzgl. Unterkunft und Verpflegung)  
**Dauer:** 4,5 Tage  
**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal  
**Seminarleitung:** Michaela Riedl und Assistent:innenteam

## **L2, Modul 2: Der Lust eine Richtung geben**

Dieses Seminar findet in einer Gruppe mit erfahrenen Teilnehmenden und Profi-Tantramasseur:innen nach Level 1 statt. Es werden folgende Inhalte vermittelt:

- Der Das Erlernen der Tao-Massage nach Stephen Russell und Jürgen Kolb
- Technik, Atmung, Fluss und Dynamik in der Tantramassage
- Der Orgasmus als eine Möglichkeit, sich lustvoll zu fühlen
- Wahrnehmen, steigern und loslassen der orgiastischen Energie
- Pranayamas (atemkontrollierende Übungen) und andere körperbezogene Übungen zur Transformation der Sexualenergie
- Bewusste Transformation sexueller Energie durch Yoni-, Lingam-, Anal-, und Prostata-Massage

**Nächster Termin:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen

**Kosten:** 540,00 € (zzgl. Unterkunft und Verpflegung)

**Dauer:** 3,5 Tage

**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal

**Seminarleitung:** Michaela Riedl + Co-Leitungsteam

## **L2, Modul 3: Prozessbegleitung in der Tantramassage**

Dieses Seminar findet in einer Gruppe mit erfahrenen Teilnehmenden und Profi-Tantramasseur:innen nach Level 1 statt. Es werden folgende Inhalte vermittelt:

- Sexualität als eine entwicklungsfähige Kompetenz begreifen
- Aktives Zuhören, verbales und somatisches Spiegeln
- Erlernen von Kommunikation durch aktive Mitgestaltung der eigenen Massage, um Selbstwirksamkeit spürbar zu machen
- Trauma, Regulation, Nervensystem – anwendbare Methoden in der Tantramassage
- Atem, Bewegung und Stimme sinnvoll einbeziehen in die Körperarbeit
- praxisorientiertes Körperwissen und Anatomie
- den Beckenboden als “Spiegel deines Lebens” erfahren lernen
- (genitale) Verspannungen und Schmerzpunkte lösen in der Körperarbeit
- Welche Ursachen können sexuelle Schwierigkeiten haben und wie können wir ihnen in der Tantramassage begegnen?
- Menschen begleiten in der Auseinandersetzung mit der eigenen sexuellen Biografie, um die eigenen Prägungen besser zu verstehen
- Ermutigung zum Finden der sexuellen Vision
- Deine eigene Kompetenz stärken durch Selbsterfahrung

**Nächster Termin:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen

**Kosten:** 640,00 € (zzgl. Unterkunft und Verpflegung)

**Dauer:** 4,5 Tage

**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal

**Seminarleitung:** Nicole Schuttenberg und Assistent:innenteam

## **L2, Modul 4: Thai Yoga meets Tantra**

Dieses Seminar findet in einer Gruppe mit erfahrenen Teilnehmenden und Profi-Tantramasseur:innen nach Level 1 statt. Es werden folgende Inhalte vermittelt:

- Du lernst die theoretischen und praktischen Grundlagen des Thai Yoga-Bodywork um dein eigenes tantrisches Massageritual zu bereichern.
- Tagsüber erwarten dich Massageeinheiten, die entweder erdend-beruhigende oder dynamisch-energetisierende Qualitäten haben und angezogen auf einem Bodenlager stattfinden. An den Abenden gehen wir dann einen rituellern Rahmen über, wie du ihn aus unseren Tantramassage-Seminaren kennst.

- Wir übertragen die Langsamkeit und Tiefe auch auf das Geben und Empfangen der Intimmassage.
- Das Geben und Empfangen ist in einer Balance, so dass du auch selber die besonderen Qualitäten der Massage spüren lernst.
- Lerne deinen Atem und dein Körpergewicht beim Geben einer Massage gezielt einzusetzen und entwickle ein feines Gespür für deine ganz eigene Bodymechanik.
- Du wirst mit Druck- und Bewegungstechniken erfahren, wie du eine ganzheitliche Massage (auch ohne Öl) mit deinen Händen, Füßen, Knien und Ellenbogen geben kannst.
- Beende das Aushalten, Durchhalten, Funktionieren und lerne, wie du deinen Körper und Geist zur Ruhe bringen kannst.

**Nächster Termin:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen

**Kosten:** 540,00 € (zzgl. Unterkunft und Verpflegung)

**Dauer:** 3,5 Tage

**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal

**Seminarleitung:** Nicole Schuttenberg und Madlen Thonhauser

## **L2, Modul 5: Tipps, Tricks und Skills in der Tantramassage**

Dieses Seminar findet in einer Gruppe mit erfahrenen Teilnehmenden und Profi-Tantramasseur:innen nach Level 1 statt. Es werden folgende Inhalte vermittelt:

- Ultimativer Feinschliff für deine Tantramassage
- Konkrete Merkmale der AnandaWave-Tantramassage benennen und umsetzen
- Bewegungssequenzen erlernen und üben
- Hände als fühlendes Instrument einsetzen

**Nächster Termin:** bitte der Website oder dem QR-Code auf der letzten Seite entnehmen

**Kosten:** 390,00 € (zzgl. Unterkunft und Verpflegung)

**Dauer:** 2 Tage

**Ort:** Seminarhaus „Leuther Mühle“ in Nettetal

**Seminarleitung:** Katharina Hahn und Elisabetta Partenopeo



Sinnlichkeit ist Polarität in Bewegung und bietet hierdurch ein unglaubliches Potential, um Spannung und Entspannung synergetisch miteinander zu verbinden. Die Kraft von Berührung kann uns helfen, täglich über das Ego hinauszuwachsen und sich dem Fluss des Lebens hinzugeben. In diesem Lernprozess wird der „Geist“ resilient und ruhig, sodass es uns auch in Extremsituationen gelingen wird, präsent und handlungsfähig zu bleiben.

Wir freuen uns über eine persönliche Begegnung mit dir.

Dein AnandaWave-Team

## AnandaWave Schule für tantrische Berührungskunst

### Der Tantramassagefilm Mit Yoni- und Lingamassage von Michaela Riedl

Zwei Jahrzehnte Erfahrung auf DVD

Der Tantramassagefilm von AnandaWave® zeigt einfühlsam und ästhetisch, worauf es bei einer Tantramassage ankommt. Die Seminarleiterin und Buchautorin Michaela Riedl führt die Essenz tantrischer Massagekunst persönlich vor. Zu sehen und zu spüren ist das Ergebnis einer fast zwanzigjährigen Suche nach dem, was Menschen wirklich bewegt. Die DVD gibt auf anschauliche Weise Antworten auf technische und praktische Fragen zur Ganzkörpermassage. Besonderes Augenmerk gilt dabei der Yoni- und Lingam-Massage, also der gefühlvollen Berührung des weiblichen und männlichen Intimbereichs.

Michaela Riedl

AnandaWave  
Raum für sinnliches Erleben



Directed & Produced by BDF  
Bernd Eidenmüller • Ditmar Zulic • Frank Fleuchaus

www.tantrafilm.de

Ein besonderer Dank gilt unseren Massagemodellen  
Claudia & Marcel

Der Tantramassagefilm

Der Tantramassagefilm  
mit  
yoni- & lingam-  
massage  
von Michaela Riedl

SPRACHE Deutsch / English  
LAUFLÄNGE 105 Minuten  
LÄNDERCODE frei  
FORMAT DVD-5 • 16:9 • PAL



0 634543 650059



16

ACHTUNG: Der Inhalt dieser DVD ist urheberrechtlich geschützt. Die Verwendung dieser DVD ist ausschließlich für den privaten Gebrauch bestimmt. Jegliche andere Nutzung ist strengstens verboten und wird strafrechtlich verfolgt.