

Anwendungen
Gesichtsguss Wechselbäder
sind Taulaufen Heilpflanzen
Barfußlaufen Fußbad Ordnung Wassertreten
Bewegung Wasser Entspannung Wechselduschen
Zuwendungen
Knieguss Wickel Beinguss Armbad
Ernährung
Meditation

