

## Duftreisen – Übersicht der ätherischen Öle

Am Südseestrand: Ylang Ylang und Cocos

Im Schlosspark: 3 x Rose, Honig

Auf dem Markt: Rose, Orange, Zitrone, Kräuter (Lavendel, Pfefferminze, Thymian, Majoran), Rosmarin

Im Garten: Rose, Lavendel

Vor dem Kamin: Zirbelkiefer, Pfeffer und Palmarosa

Schutzengel: Tonka

Chakra-Regenbogen: Zypresse, Jasmin, Rosmarin, Rose, Eukalyptus, Pfefferminze, Weihrauch

Kirchen-Meditation: Weihrauch, Honig, Weißtanne oder Zirbelkiefer, Weihrauch

In der Limonaia: Zitrone, Mandarine, Orange

Herbstwald: Fichtennadel, Riesentanne, Narde, Vanille

In der Höhle: Benzoe

Auf dem Weihnachtsmarkt: Honig, Anis, Zimt, Vanille, Nelke und Kakaoextrakt, Weihrauch

Obstsalat: Orange, Grapefruit, Mandarine, Limette

Unter dem Wasserfall: Rosenholz, Tolu, Tonka, Jasmin

Kleopatras Bad: Ylang Ylang, Orange, Rose

Baby im Bauch: Benzoe, Mandarine, Vanille, Zedernholz

Bienenflug: Lavendel, Blütendüfte, Honig

In der Weihnachtsbäckerei: Zimt, Vanille, Orange

Der Weihnachtsbaum: Fichtennadel oder Kiefer, Kakaoextrakt, Honig, Orange

Autogenes Training: Sandelholz, Mandarine, Jasmin, Fichtennadel, Melisse, Orange, Pfefferminze, Rosmarin

Bergamotte-Ernte: Bergamotte

Progressive Muskelentspannung: Mandarine, Fichtennadel, Rose, Zedernholz

Im Regen: Iris