MEDIA KIT 2022

TANJA BROCK

ASTROLOGIN

STATISTIC

22,5K
INSTAGRAM

1,3K
E-MAIL

3,8K
PODCASTHÖRER

WWW.TANJABROCK.DE

PRESSE@TANJABROCK.DE

TANJA BROCK

ASTROLOGIN

Es gibt 12 Sternzeichen, 10 Planeten und einige weitere Berechnungspunkte, die ganz individuell in den 5 verschieden Aspekten zum Zeitpunkt Deiner Geburt standen, das ergibt über 60 Billionen Möglichkeiten, die Dich zu einem wahren magischen und kosmischen Meisterwerk machen und so Deinen Seelenfahrplan in unendlicher Farbgewalt gestalten. Jeder Mensch ist einzigartig und besitzt seine ganz eigenen besonderen Charakterzüge, Talente und Fähigkeiten.
Die zweite Auflage und eine englische Ausgabe ist für Herbst 2022 geplant.

MEINE ASTRO CARDS

VERKÄUFE

STAND JULI 2022
CA. 4000 EXEMPLARE

MEIN MONDJOURNAL

VERKÄUFE

STAND 31.12 .21
CA. 1700 EXEMPLARE

CONTACT@TANJABROCK.DE

WWW.TANJABROCK.DE

TANJA BROCK

ASTROLOGIN

Auswahl an Publikationen in der Presse:

JAHRESHOROSKOP - WELT.DE

ASTRO GIFT GUIDE - GITTI

SO WIRD DEIN 2022 - EHRLICH TEXTIL

PRESSE

OkCupid

OkCupid feiert Start des astrologischen Neujahrs mit einem Astro Flirt Guide

CONTACT@TANJABROCK.DE

WWW.TANJABROCK.DE

TANJA BROCK

ASTROLOGIN

Yoga Aktuell 2021

IMPRESSUM

Verlag: Yoga Verlag GmbH, Wendelina 1d, 87487 Wiggensbach, Germany
Tel: 08370/92175-0, Fax: 08370/92175-22
E-Mail: service@yoga-aktuell.de
Internet: www.yoga-aktuell.de

Herausgeber: Uwe Haardt, Matthias Beck
Chefredaktion: Uwe Haardt
E-Mail: uwe.haardt@yoga-aktuell.de

Redaktion (ständige Mitarbeit):
Nina Haisken, Alexandra Haardt, Marita Voitkoffer, Eva-Maria Kopel, Doris Iding
E-Mail: redaktion@yoga-aktuell.de

Redaktionelle Beiträge für diese Ausgabe
Helga Baumgartner, Lucie Beyer, Holger Bialas (Karma Jigme Dorjé), Wolfgang Bischoff, Irene Dalichow, Kevin Johann, Doris Lillemeier, Sean Moore, Doris Neubauer, Florian Palzinsky, Sonia Emilia Rainbow, Dr. Roman Sieler, Tiziana Stupia (Srila Devi), Mascha Veitsmann

Layout/Grafik: Simona Koch, Nina Ober
E-Mail: grafik@yoga-aktuell.de

Grafik Mitarbeit:
Marcia Wölfle, Britta Lecher

Lektorat: Nina Haisken, Eva Wagner

Titelbild: ©Alessandro Sigismondi
www.sigismondiphotography.com
Models: Julia & John Scott,
www.johnscottyoga.com

Organisation: Matthias Beck
E-Mail: matthias.beck@yoga-aktuell.de

Buchhaltung: Petra Huber

Abonnement-Service: Bettina Wandel
E-Mail: aboservice@yoga-aktuell.de

Anzeigenservice: Daniela Himmel,
Tel. 08370 / 92175-0
E-Mail: anzeigen@yoga-aktuell.de

Druck: westermann DRUCK | pva
38104 Braunschweig

Vertrieb: IPS Pressevertrieb, D-53334 Meckenheim

Erscheinungsweise: Sechsmal im Jahr zum Beginn des angekündigten Monats

© 2021 Yoga Verlag GmbH, Deutschland. Reproduktion oder Verwertung von Text und Bildmaterial jeglicher Art ist ohne die schriftliche Genehmigung des Verlages nicht erlaubt. Für die Richtigkeit der Angaben, Hinweise und ärztlichen Empfehlung von Produkten, Produkten, Verarbeitungen, Ausführungen und Therapiemethoden etc. werden die Redaktion, namentlich gekennzeichnete Beiträge entsprechen nicht unbedingt der Meinung der Redaktion. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Zeichnungen oder E-Mail mit voller Absenderangabe und/oder Bildmaterial bitte nur mit Genehmigung der Yoga verlag GmbH. Haftungsbeschränkung: Die in Yoga Aktuell abgedruckten Produkten sind nach besten Wissen und Gewissen des Verlages und der Autoren ausgewählt. Die Produkten jedoch immer unter der Anleitung eines autorisierten Lehrers praktiziert werden. Weder der Verlag noch die Autoren haften bei Missachtung dieser Regel für evtl. entstandene Schäden.

REZENSIONEN

Tanja Brock:
Mein Mond-Journal. Nutze die Magie des Mondes, um das Leben deiner Träume zu führen

mvg Verlag 2021, EUR 14,99

Der Mond – wohl kaum etwas fasziniert uns so sehr wie die Magie unseres treuen Begleiters am Himmel. Verständlich, denn der Mond gibt uns Orientierung, er erinnert uns an unsere eigenen Zyklen und lässt uns die Verbindung mit etwas Größerem „da draußen" spüren. Eingangs werden die unterschiedlichen Mondphasen und die Prinzipien der zwölf Tierkreiszeichen erklärt, so dass selbst Einsteiger hier mit dem Basic-Astrologie-Wissen abgeholt werden und erfahren, wie sie die jeweilige Mondenergie für sich nutzen können. Wie der Titel schon verrät, lebt dieses Buch vor allem vom Journal-Charakter. So führt die Autorin mit je vier bis sechs Journaling-Fragen, inspirierenden Denkansätzen und heilsamen Ritualen durch den jeweiligen Neu- oder Vollmond. Am Ende des Buches befindet sich eine Übersicht über die Neu- und Vollmonde der nächsten fünf Jahre. Dieser Begleiter schenkt dir Momente der Einkehr, des Träumens, des Reflektierens, des Wünschens und sollte bei deinem eigenen Mondritual nicht fehlen.

EVA-MARIA KOPEL

Luisa Gaffga:
Stell dir vor, du liebst dich selbst. 55 Karma-Kärtchen, um deinen inneren Zauber zu finden

mvg Verlag 2021, EUR 6,99

Klein, aber fein! Das Fazit gleich vorweg: Diese Karten sind wunderschön gestaltet und gehen direkt ins Herz. Dort sollen sie auch landen, denn nur dort können wir Selbstliebe entwickeln. Kleine Starthilfen für diese Selbstliebe bieten die fünfundfünfzig Karma-Kärtchen mit kleinen Meditationen, Sprüchen und Inspirationen. Auch wenn viele der Aussagen nicht neu sind, sprechen mich die Karten durch ihre liebevolle Gestaltung so sehr an, dass mir allein bei ihrem Anblick warm ums Herz wird. Es sind Aufforderungen wie: „Nimm deine Fehler an" oder „Stell auf Immer wieder", die sofort dazu führen, dass sich etwas in mir entspannt. Unter den Aufforderungen gibt es auch sehr schöne Texte wie „Fehler macht nicht nur jeder – sie sind auch etwas Wundervolles. Denn nur sie geben uns die Möglichkeiten, zu lernen und zu wachsen. Wer nie Fehler macht, tritt auf der Stelle. (...) Nimm deine Fehler an als das, was sie sind: die großartige Möglichkeit, über dich selbst hinauszuwachsen und aufzubrechen zu neuen Horizonten." Eine jede dieser kleinen Inspirationen wird für mich zu einer Fahrkarte zu einem neuen Horizont. Und sie mehrfach zu lesen, lohnt sich auch. Schließlich muss man manche Wahrheiten tausendmal lesen, bevor sie Wirklichkeit werden.

DORIS IDING

Jolie 2022

DIESE LADYS MACHEN UNS MONDSÜCHTIG

Dürfen wir vorstellen: die angesagtesten Moonfluencerinnen zwischen unserer Hauptstadt und dem Hollywood Hills? Die selbst ernannten „Modern Witches" zeigen dir auf Insta, in Apps und Büchern, wie du im Einklang mit dem Mondrhythmus deine Superkräfte entfaltest! Spoiler: Ohne Mondkalender geht es nicht...

16 Jolie 04/22

PRESSE

Auswahl an Publikationen in der Presse

Maxi 2022

CONTACT@TANJABROCK.DE

WWW.TANJABROCK.DE

TANJA BROCK

ASTROLOGIN

PRESSE

Auswahl an Publikationen in der Presse

TAROT EV. REZENSION

TAROT HEUTE Verbandszeitung des Tarot e.V. *Ausgabe 75 – Juli 2022*

DIE ASTRO-CARDS VON TANJA BROCK

Vorgestellt von Monika Schanz und Annegret Zimmer

Die Autorin Tanja Brock versteht sich als moderne Astrologin. Ihr Ziel ist es, die Weisheitslehre des Kosmos lebensnah der Welt zu vermitteln. Sie lebt in München.

Die schwarze, mystische und belastbare Schachtel öffnet sich und offenbart mir Karten mit astrologischen Symbolen sowie ein Anleitungsbuch. Ich öffne das schwarze Buch. Die Autorin Tanja Brock gibt darin eine kleine Einführung in die Astrologie und erklärt, wie die astrologischen Karten zu nutzen sind. Man kann sie als Orakelkarten verwenden und damit Situationen deuten oder Fragen beantworten, oder aber man zieht sie zur Interpretation eines Horoskops hinzu. Die Autorin vermittelt in einem Crashkurs einige Grundlagen, zum Beispiel wie sich ein Horoskop zusammensetzt und was es alles braucht, um es zu verstehen. Auf Seite 30 und 31 gibt es eine Übersicht aller Symbole. Im Hauptteil des Buches sind die Sternzeichen, Archetypen, Häuser, Aspekte sowie die Mondknotenachse genau erklärt und für das Verständnis im Zusammenhang von Deutungen aufbereitet. Zum Abschluss gibt es im Buch eine ganze Reihe von Legemustern, die teils helfen, astrologische Gegebenheiten – beispielsweise das eigene Geburtshoroskop – zu ergründen, teils aber auch die Möglichkeit zur Situationsanalyse mithilfe der Eigenschaften von Planeten, Sternzeichen und Häusern bieten. Auch ein „Astro - Who is Who? - Partyspiel" kann man finden.

Die Astro Cards sind in vier Rubriken aufgeteilt: 12 Tierkreiszeichen, 12 Häuser, 14 Planeten und 5 Aspekte. Wie kann ich mit ihnen nun zum Beispiel mein Horoskop verstehen lernen?

Monikas Horoskop

Ich bin vom **Tierkreiszeichen** her Jungfrau, schaue also unter dem Tierkreiszeichen Jungfrau – Die Alchimistin – nach und finde dort Talente und typische Eigenschaften der Jungfrau wie zum Beispiel „dienend", „ordnend", „analytisch", „fleißig". Meine Sonnenseite ist die „praktische Einstellung zum Leben", und auf meiner Schattenseite neige ich zur Nervosität und zum Sauberkeitsfimmel. Ich finde also einen Deutungsschlüssel, was die Karte mir über mich sagen will, oder, wenn ich mich für eine andere Jungfrau-Person interessiere, wie diese Person wohl angelegt ist.

Meine Sonne steht im 12. **Haus** – Spiritualität und Kunst. Im Booklet wird der Lebensbereich dieses Hauses erklärt, und es gibt auch hier Schlagworte wie „in der Stille Heilung finden" und was darunter in einem Horoskop zu verstehen ist. Auch hier gibt es wieder eine Deutung speziell für diese Karte als Arbeitsgrundlage.

Die fünf **Aspekte**

Planeten stehen zum Beispiel im Quadrat oder Trigon zueinander. Ein Quadrat ist ein Spannungsaspekt und ein Trigon ein sogenannter harmonischer Aspekt. Im Buch finden wir die Bedeutung der Aspekte sowie Beispiele aus Horoskopen. Besonders interessant ist die Kartendeutung für jeden Aspekt, die ihm eine eigenständige Aussage verleiht.

47

TAROT HEUTE Verbandszeitung des Tarot e.V. *Ausgabe 75 – Juli 2022*

Die vierzehn **Planeten**

Ein weiterer spannender Teil sind die Erklärungen der Planeten. Ich habe Saturn am AC stehen, und dieser Planet ist laut Booklet ein strenger Lehrer. Er verlangt von mir, Grenzen zu setzen, meine Verpflichtungen zu erfüllen und meine Lektionen zu lernen. Ich lerne, Verantwortung zu übernehmen und Demut zu üben.

Annegrets Stresssituation

Es interessierte mich, wie sich die Karten als Orakel anwenden lassen. Ich wähle das **Situationsorakel** und befrage es danach, wie mit dem gerade wieder aufkommenden sehr hohen Arbeitsdruck in meiner beruflichen Tätigkeit umzugehen ist.

1. So ist es in der Vergangenheit gewesen: Trigon Ein Trigon ist ein unterstützender Aspekt. Etwas ungewohnt so ganz ohne Planeten, spricht er hier davon, dass es in der Vergangenheit viel Unterstützung gab. Tatsächlich ist es nicht die erste Stressphase, die wir aufgrund von hohem Arbeitsvolumen durchstehen müssen, und bisher war es immer hilfreich, wenn wir Kollegen uns gegenseitig unterstützen konnten. Das passiert auch jetzt wieder, und ich hoffe, dass wir es weiter so halten können. Allerdings wurde das etwas schwieriger, seit die meisten von uns im Homeoffice arbeiten.

2. Die Ist-Situation: 4. Haus

Im 4. Haus geht es um Herkunft und Familie. Es zeigt uns, wo wir herkommen, uns geborgen fühlen und welche Prägungen wir mitbringen. Spontan fällt mir dazu der Begriff „hausgemacht" ein. Haben wir uns die Situation selbst eingebrockt? Vielleicht, indem wir immer besonderen Eifer und gewissenhafte Gründlichkeit an den Tag legen, die bei uns einfach „Stil des Hauses" sind? Werden wir darum immer gern eingespannt, wenn's drauf ankommt und Prozesse reibungslos und möglichst beschwerdefrei ablaufen sollen? Leisten wir etwa manchmal „zu viel für unser Geld"? Oder liegt die Schwierigkeit darin, dass wir uns sehr mit der Firma identifizieren und uns persönlich unwohl fühlen, wenn wir nicht so abliefern können, wie wir es für richtig halten. Ich kann nur für mich sprechen, und da muss ich das leider bejahen.

3. Die zukünftige Tendenz: Waage

Der Waage geht es um Harmonie und Schönheit. Harmonie ist natürlich sehr wichtig, damit wir uns nicht aufreiben. Hier geht es um das Gleichgewicht, welches dringend hergestellt werden muss. Wir werden ermahnt, das richtige Maß zu wahren, möglichst wenig unerledigt liegen zu lassen, dabei aber auf Aktionismus zu verzichten, der nicht von uns verlangt werden. Wenn wir unsere Arbeit gut machen wollen, sollten wir also aktiv darauf achten, diese zu optimieren. Und natürlich geht es mit der Waage auch darum, uns im Job gut zu fühlen, das heißt auf Pausen und Ausgleich, ein förderliches Arbeitsklima und ein vernünftiges Tempo zu achten. Da es hier um eine Tendenz geht, hoffe ich, dass die Arbeitsstruktur in den nächsten Wochen dahingehend angepasst wird. Die Zeit der Waage beginnt am 23. September. Also wenn das „heiße" Sommergeschäft allmählich endet. Hoffen wir also auf einen erholsameren Herbst!

Die Astro-Cards sind ein guter Einstieg, will man sich mit der astrologischen Symbolsprache vertraut machen. Aber auch ohne tiefe Kenntnis der Astrologie sind sie, wie man sehen kann, als Orakel zu verwenden.

Tanja Brock
Astro Cards

43 astrologische Orakel-Karten mit Booklet
Königsfurt-Urania Verlag, 2022
ISBN 9783868267884 22,00 Euro

Abbildungen der Astro Cards mit freundlicher Genehmigung des Königsfurt-Urania Verlages

48

Myself Astrologie Special 2021

Die 36-jährige Tanja Brock hat sich vor drei Jahren als astrologische Beraterin selbstständig gemacht.

Bella 2022

CONTACT@TANJABROCK.DE

WWW.TANJABROCK.DE

TANJA BROCK

ASTROLOGIN

SHAPE 2022

MIT DER MACHT DES *Mondes*

Trainieren nach dem Lunarkalender

TEXT MAIKE JENSEN

Essen, Beauty, Sport und Health: Es gibt kaum einen Bereich, der laut Astrologen nicht dem **Einfluss des Mondzyklus** unterworfen ist. Klingt esoterisch – aber vielleicht ist doch was dran? So wird Luna zu unserem neuen Gym-Buddy

Ein normaler Tag bei bester Gesundheit im gewohnten Training – doch die Hantel fühlt sich doppelt so schwer an. Manchmal geht gar nichts und wir schaffen kaum das Pensum, das wir in anderen Momenten wiederum mit Leichtigkeit erfüllen. Aus dem Spiegel blickt mit fahlem Teint die Kraftlosigkeit in Person zurück und schauen wir abends mit unseren dunkel umrandeten Augen in den Himmel, ist der Schuldige schnell gefunden. Hell, hämisch und wunderschön strahlt er auf uns herab: der Vollmond! Endgegner aller feinfühligen Schläfer. Dass er für kurze, nicht erholsame Nächte sorgen kann, ist kein Geheimnis. Achten wir aber mal genauer auf den Mondzyklus, merken wir, dass unser Erdbegleiter womöglich viel mehr

Tanja Brock

Nach mehreren psychologischen und spirituellen Ausbildungen geht Tanja Brock ihrer absoluten Leidenschaft nach und lehrt ihre Klienten, die Sterne zu ihrem Vorteil einzusetzen.

106 SHAPE

PRESSE

Auswahl an Publikationen in der Presse

MONDPHASEN

3. Vollmond

PRÄGUNG
Unruhe, Anspannung, Nervosität

FITNESS
sanfte Bewegungen im Freien, Stretching, Entspannungsmethoden wie Yoga oder autogenes Training

ERNÄHRUNG
leichte, gesunde, nährstoffreiche Menüs

4. Abnehmender Mond

PRÄGUNG
Ruhe, Detox, sehnsüchtig abnehmen und hohe Entgiftungsbereitschaft

FITNESS
Kardio, schweißtreibende Sportarten wie Tanzen, Joggen, Seilspringen

ERNÄHRUNG
entwässernde Gerichte, Salt- und Teekuren, Salate, Anregendes für die Verdauung

MONDPHASEN

Trainieren mit Luna

Bei der Frage, ob wir beim zunehmenden oder eher beim abnehmenden Mond leistungsfähiger sind, scheiden sich die Geister – grundsätzlich ist es für jede unterschiedlich, wie sie auf den Voll- oder Neumond reagiert. Manch eine energetisiert eher die eine und manch eine eher die andere Phase. Da gilt es, in sich hineinzufühlen. Hier ein Zyklusbeispiel mit dem zunehmenden Mond als Hochphase:

Einfluss auf uns ausübt als nur einzelnes unruhiges Schlafen im Monat. Auch unsere mentale Stärke und körperliche Leistungsfähigkeit unterliegt – manchmal ohne ersichtlichen Grund – enormen Schwankungen.

ALLTAG, KÖRPER UND BIORHYTHMUS UNTER EINFLUSS DES MONDES

Astrologen und esoterisch veranlagte Menschen sind überzeugt, dass die einzelnen Mondphasen unterschiedliche Wirkungsweisen auf den menschlichen Körper haben: auf den Blutkreislauf, das Drüsensystem, das Nervensystem und unsere Sinnesorgane. „Alle Objekte im Universum strahlen neben ihren messbaren Schwingungen auch feinstoffliche und freie Energien aus. Und die beeinflussen uns", erklärt Astrologin Tanja Brock. So wirkt der Mond auf das komplette irdische Leben, wissenschaftlich Tiere, Pflanzen und den menschlichen Organismus. Ergo: Nicht nur die Bewegungen unserer Meere, sondern auch der emotionale Lebenszyklus des Menschen mit all seinen Auf- und Abs soll an den Mond gekoppelt sein. So hat jede Phase im Mondzyklus „ihre einzigartige Eigenschaft und spirituelle Bedeutung". Dass sportliche und mentale Leistungsbereitschaft innerhalb mondgestaltet sein und verschiedenen Phasen unterliegen soll, können wir natürlich auch zu unserem Vorteil nutzen! Um das Beste aus uns herauszuholen, rät die Expertin, unser Training und Essverhalten dem Lunarkalender anzupassen: „Sobald wir auf den Mond eingestellt sind, können wir unsere angeborenen Kräfte aktivieren und die monatsgebundenen Eigenschaften von Fruchtbarkeit, Kreativität, Weiblichkeit und Veränderung in unser Leben, aber eben auch auf unseren Körper und unsere Ernährung übertragen."

1. Neumond

PRÄGUNG
Neubeginn, Reinigung, Entgiftung

FITNESS
Grundkraftbildung, Kardio, Yoga und Stretching

ERNÄHRUNG
Entgiftendes: Suppen, Salt- und Teekuren

2. Zunehmender Mond

PRÄGUNG
Tatendrang, Energie, hohe Aufnahmefähigkeit, Kräftigung, rasche Gewichtszunahme

FITNESS
muskelaufbauende Workouts, Krafttraining, Gymnastikbänder und Hanteln

ERNÄHRUNG
fettarme, leichte, vitaminreiche Kost, anregende Gewürze

SHAPE 107

CONTACT@TANJABROCK.DE

WWW.TANJABROCK.DE

Monatshoroskop

TANJA BROCK

ASTROLOGIN

L'OFFICIEL

ASTROLOGIE

Monatshoroskop August 2022: So brüllt der Löwe für alle Sternzeichen

Trotz der Zeitqualität der feurigen Löwe-Saison (23. Juli -23. August), die für mehr strahlendes Selbstbewusstsein, Verspieltheit, Kindlichkeit und Lebensfreude sorgt, hat dieser Monat auch astrologisch einige sehr herausfordernde Tendenzen. Was der August 2022 für alle anderen Sternzeichen parat hat, gibt es von L'Officiel Austria Astrologin Tanja Brock hier zu lesen.

02.08.2022
von Tanja Brock

L'OFFICIEL

INSTAGRAM

63 K

KOLUMNE

regelmäßig für das Onlinemagazin l'officiel.at

L'OFFICIEL

ASTROLOGIE

Astrologin Tanja Brock über das neue Wassermann-Zeitalter und sein Zukunftspotential

Die passionierte Astrologin, Tanja Brock, blickt für L'Officiel Austria ab sofort in die Sterne. Was sie dazu bewegt das Schicksal aus dem Kosmos, Retrograden und Planetenkonstellationen abzulesen, wollten wir von ihr wissen.

10.08.2021
von L'Officiel Austria

L'OFFICIEL

ASTROLOGIE

Die ersten "Astro Cards" Orakel Karten von Tanja Brock

L'Officiel Austria Astrologin Tanja Brock hat ihr astrologisches Wissen in einer besonderen Form publiziert.

09.05.2022
von L'Officiel Austria

CONTACT@TANJABROCK.DE

WWW.TANJABROCK.DE