

Duftfamilien *in* Harmonie



Entdecke, welche Duftfamilien wunderbar miteinander harmonieren und sich gegenseitig ergänzen.

KOMBINATIONEN,
DIE SICH ERGÄNZEN
UND WOHLTUN.



aromacoach.academy



TIPP FÜR DICH

Wenn du unsicher bist,
ob Düfte harmonieren:

Öffne mehrere Fläschchen gleichzeitig und führe sie gemeinsam unter deiner Nase entlang.

So spürst du schnell, wie die Kombination als Ganzes wirkt.



DUFTFAMILIEN

auf einen Blick



NEUN DUFTFAMILIEN –
JEDE MIT IHRER EIGENEN
WIRKUNG UND ENERGIE.

Die Aromatherapie nutzt die Kraft
natürlicher Düfte, um Körper,
Geist und Seele in Einklang
zu bringen.



ZITRUSÖLE

frisch, leicht,
aktivierend



BLÜTENÖLE

weich, emotional,
harmonisierend



HOLZÖLE

erdend, ruhig,
stabilisierend



KRÄUTERÖLE

klar, aktivierend,
oft stark



HARZÖLE

meditativ, tief,
verbindend



GEWÜRZÖLE

warm, intensiv,
dosiert verwenden



AUSGLEICH

für mehr innere Ruhe
und Balance



ENTSPANNUNG

fördert erholsamen
Schlaf und tiefe
Entspannung



IMMUNSTÄRKE

unterstützt die
Abwehrkräfte auf
natürliche Weise



aromacoach.academy



Ätherische Öle



DIE GUT ZUEINANDER PASSEN

HARMONISCHE
KOMBINATIONEN
FÜR KÖRPER,
GEIST & SEELE



aromacoach.academy

ZITRUSÖLE

Frisch, leicht, aktivierend



PASSEN BESONDERS GUT ZU:

- Lavendel
- Pfefferminze
- Rosmarin
- Weihrauch
- Geranie
- Ylang Ylang
- Douglasie
- Zypresse

BEISPIELE:

- 🍊 Orange + Vanille
→ gemütlich
- 🍊 Zitrone + Rosmarin
→ Fokus
- 🍊 Bergamotte + Lavendel
→ entspannend
- 🍊 Grapefruit + Pfefferminze
→ frisch & klar



Ätherische Öle



DIE GUT ZUEINANDER PASSEN

Sanfte Blütenöle schenken emotionale Balance und verbinden Herz und Geist auf harmonische Weise.



aromacoach.academy

BLÜTENÖLE

Weich, emotional,
harmonisierend

PASSEN GUT ZU:

- Sandelholz
- Weihrauch
- Patchouli
- Zitrusölen
- Muskatellersalbei
- Lavendel

BEISPIELE:

- 🔴 Rose + Weihrauch
→ Herzöffnung
- 🔴 Geranie + Grapefruit
→ ausgleichend
- 🔴 Ylang Ylang + Orange
→ sinnlich
- 🔴 Neroli + Sandelholz
→ tief entspannend



Ätherische Öle



DIE GUT ZUEINANDER PASSEN

Erdende Düfte für innere Ruhe, Stabilität und Geborgenheit.



aromacoach.academy

HOLZÖLE

Erdend, ruhig, stabilisierend



PASSEN GUT ZU:

- Zitrusölen
- Weihrauch
- Lavendel
- Gewürzölen
- Blütenölen

BEISPIELE:

- Zeder + Orange → warm
- Sandelholz + Lavendel → tiefe Ruhe
- Douglasie + Bergamotte → Waldgefühl
- Vetiver + Mandarine → Geborgenheit



Ätherische Öle



DIE GUT ZUEINANDER PASSEN

Kräutersöle aktivieren und stärken – oft kraftvoll und belebend für Körper, Geist und Seele.



aromacoach.academy

KRÄUTERÖLE

Klar, aktivierend, oft stark

PASSEN GUT ZU:

- Zitrusölen
- Lavendel
- Holzölen

BEISPIELE:

- 💧 Pfefferminze + Zitrone
→ Konzentration
- 💧 Rosmarin + Grapefruit
→ Energie
- 💧 Basilikum + Bergamotte
→ mental klar
- 💧 Eukalyptus + Zypresse
→ frei durchatmen



BGR

Ätherische Öle



DIE GUT ZUEINANDER PASSEN

Harzöle verbinden, erden und schenken innere Stärke – für mehr Stabilität und Vertrauen.



aromacoach.academy

HARZÖLE

Meditativ, tief, verbindend

PASSEN GUT ZU:

- Blütenölen
- Holzölen
- Zitrusölen

BEISPIELE:

- Weihrauch + Orange → Balance
- Myrrhe + Sandelholz → Tiefe
- Weihrauch + Lavendel → Nervensystem
- Benzoe + Mandarine → Trost & Wärme



Ätherische Öle



DIE GUT ZUEINANDER PASSEN

Wärme, Intensität und Tiefe für Körper und Seele – Gewürzöle schenken Energie, Geborgenheit und Wohlbefinden.



aromacoach.academy

GEWÜRZÖLE

Warm, intensiv, dosiert verwenden



PASSEN GUT ZU:

- Orange
- Mandarine
- Holzölen
- Harzölen

BEISPIELE:

- 🔥 Zimt + Orange → Weihnachten
- 🔥 Ingwer + Grapefruit → aktivierend
- 🔥 Kardamom + Vanille → weich & warm
- 🔥 Nelke + Mandarine → gemütlich



BGR

Ätherische Öle



DIE GUT ZUEINANDER PASSEN

Kombinationen mit Bedacht gewählt, für ganzheitliches Wohlbefinden und natürliche Unterstützung im Alltag.

GEMEINSAM STÄRKER

Synergien nutzen, Wirkung verstärken

WARUM KOMBINIEREN?

- Wirkung verstärken
- Anwendung individualisieren
- Ganzheitliche Balance unterstützen
- Neue Duft- & Wirkungserlebnisse erschaffen

BEISPIEL-SYNERGIE:

- 💧 Lavendel + Bergamotte
→ Ruhe & Ausgleich
- 💧 Zitrone + Pfefferminze
→ Fokus & Klarheit
- 💧 Weihrauch + Myrrhe
→ Tiefe & Erdung
- 💧 Ylang Ylang + Geranie
→ Herz & Harmonie



Nimm dir einfach das mit, was dich gerade anspricht.



aromacoach.academy



Speicher dir den Beitrag
gern für später.



Leite ihn weiter an jemanden,
dem er guttun könnte.



Für Fragen bin
ich da – schreib mir!



Vertrau deiner Nase – sie führt dich oft richtig. ♥



BGR