

Ich habe mich Anfang Februar als Shiatsu-Praktikerin selbstständig gemacht und biete nun Schnupper-Shiatsu zum Kennenlernen an.

Was ist Shiatsu? SHIATSU heißt übersetzt Fingerdruck und ist eine achtsame Form der Berührung. Es ist eine sanfte Methode zur Mobilisierung der Selbstheilungskräfte. Beim



gesunden Menschen fließt die Lebensenergie ungehindert. Emotionaler Stress, Schwäche, Verletzung, Krankheit und Verspannungen stören diesen Energiefluss. Über Shiatsu lösen wir Blockaden in den Energiebahnen (Meridianen) und stellen so wieder ein Gleichgewicht im Körper-Geist-Seele-Verhältnis her. Bei Shiatsu wird mit dem chinesischen Meridian- und Akupunktursystem gearbeitet. Shiatsu unterstützt den Heilungsprozess und kann ihnen helfen bei: Rückenschmerzen, Verspannungen, innere Unruhe, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Depressionen, Verdauungsbeschwerden, hormonellen Beschwerden: PMS, Wechselbeschwerden, uvm.

Eine Shiatsu-Behandlung dauert ca. 60 Minuten und erfolgt in bekleidetem Zustand auf einer weichen Matte am Boden.

