

HOT STONE-Massage

Zielgruppe:	Physiotherapeuten, Masseur und medizinische Bademeister, Dipl. Sportlehrer, Ergotherapeuten, Personal aus dem Wellness- und Fitness-Bereich		
Termine:	Termin 1	Termin 2	Termin 3
2010/2011	29. - 31.10.10	04. - 06.02.2011	07. - 09.10.2011
Kurszeiten:	jeweils Fr. - So. Beginn 1. Tag: 12:00 sonst 09:00 Uhr, Ende 3. Tag ca. 14:00 Uhr sonst 18:00 Uhr		
Gebühr:	€ 245.-		
Kursumfang:	26 Unterrichtseinheiten		
Referent:	Steffen Haupt		
Teilnehmer:	min. 10, max. 16		
Mitzubringen:	bequeme Kleidung, 1 Badehandtuch, 2 - 3 normale Handtücher, Schreibsachen		
Kursinhalt:	<p>Das Erwerben umfangreicher fachlicher Kenntnisse über die Durchführung und Auswirkung der Hot Stone-Massage in verschiedenen Formen.</p> <ul style="list-style-type: none">• Theorie und Praxis der Hot Stone-Massage• Wann werden warme/kalte Steine eingesetzt?• Erwärmen, Kühlen und Pflege der Steine• Erörterung und Behandlung einiger Krankheitsbilder• Verschiedene Massagetechniken• Wirtschaftlichkeit und Marketing		

Bei der Hot Stone-Massage bilden Wärme und Kälte die Basis. Schwarze Basalt-Lavasteine werden im Wasserbad auf 50 Grad Celsius erwärmt, Meeresmarmor wird in Eis gepackt. Diese Art der Massage ist sehr intensiv, da sowohl der manuelle Druck der Steine als auch die Wärme, Kälte und Energie sofort wirksam werden. Das Gefühl, warme, ölige Steine auf der Haut zu spüren, ist noch dazu sehr wohltuend und entspannend.

Die von den Steinen transportierte Hitze dringt tief in die Haut ein, der Lymphfluss wird sofort ange-regt, die Selbstheilungskräfte stimuliert und die verhärtete Muskulatur geschmeidig gemacht.

Was die Massage so beliebt macht, ist die tiefe, fast meditative Ruhe, die das erhitzte Gestein in den Körper bringt. Sie bietet außerdem die Möglichkeit, Patienten eine intensivere Behandlung zu ermög-lichen und dabei selbst Gelenk schonender zu arbeiten.

Die zur Therapie erforderlichen Steine werden Ihnen vorgestellt und deren Handhabung ausführlich erklärt und geübt. Die Steine können nach dem Seminar erworben werden.