

Wellnessmassagen als Therapieergänzung

-Ayurveda Massagen etc.

Zielgruppe:

Physiotherapeuten, Masseur und med. Bademeister, Ergotherapeuten, Dipl. Sportlehrer, Personal aus dem Wellness- und Fitnessbereich; Berufsfremde

Termine:

18. - 19.02.11 Aphyanga Ganzkörpermassage
20.02.11 Indische Kopfmassage (optional)**
18.03.11 Thailändische Fußmassage*
19.03.11 Hawaiianische Fußmassage*
23. - 24.05.11 Aphyanga Ganzkörpermassage
23.09.11 Marmapunkt Gelenkmassage*
24.09.11 Seidenhandschuh (Garshan) Massage**

Kurszeiten:

18. - 19.11.11 Aphyanga Ganzkörpermassage
jeweils Fr.-Sa.; Sa.- So. oder Mo.-Di., 09:00 - ca. 18:00 bzw. 09:00 bis 13:00 Uhr

Gebühr:

*Die Kurstage sind einzeln oder auch zusammen buchbar, sofern sie aufeinander folgen
ein Kurstag € 150.-; zwei zusammenhängende Kurstage € 290.-

Referent:

Manuela Zaboul (Ergotherapeutin, Lomi-Lomi- und Ayurveda Therapeutin, Coaching)

Teilnehmer:

min. 4, max. 6; ausgewählte Kurse ** bis 8

Mitzubringen:

bequeme Sportkleidung/-schuhe, Badetuch, Massageöl, Schreibsachen

Kursinhalt:

Ayurveda

- **Mukabhyanga** — ayurvedische Kopf- und Gesichtsmassage
... das Gesicht wird durch das gezielte Berühren von bestimmten Punkten mit einem besonderen Öl massiert. Der Oberkörper wird gegen Ende der Massage mit einem begleitenden Herzguss behandelt.
- **Padhabyanga** — ayurvedische Fußmassage
Durch die Massage von Marmapunkten und Energiezonen ist es möglich, Zugang zum gesamten Körper bzw. Organismus zu bekommen. Fein abgestimmte Massagegriffe und warmes Öl an den Füßen führen zu einem harmonischen Zustand. Erschöpfungszustände, Schlafstörungen, Steifheit und Schmerzen können ausgeglichen und gelindert werden.
- **Garshan** — ayurvedische Seidenhandschuhmassage
... ist ausgleichend und entspannend. Der gesamte Körper wird mit einem Handschuh aus reiner Seide gerieben - so entsteht eine elektrostatische Spannung auf der Haut. Dies bewirkt ein außerordentlich angenehmes Gefühl, das sich auf das gesamte sensorische Nervensystem ausbreitet.
- **Abhyanga** — die traditionelle ayurvedische Ganzkörpermassage bewirkt in harmonisch fließender Weise Lockerung, Stimulanz, Entspannung und Regulation der Haut, Muskulatur, gelenke, Nerven- und Gewebe. Massagetechniken in Theorie und Praxis; Auswahl der Massageöle; Einzel- u. Synchron Ganzkörpermassage.

Indische Kopfmassage

...geeignet für Kinder, Erwachsene, Kranke und Gesunde - ihre Wirkung zieht sich bis in die Schulterregion und in den oberen Rücken- und Armbereich. Sie hilft enorm bei Schmerzen aller Art und löst viele Verspannungen, die aus Haltungsfehlern, Stress oder sitzender Arbeit stammen können. Unterschiedliche Techniken regen die Durchblutung an und fördern auch die Atmung.

Hawaiianische Fußmassage

... bis zum Oberschenkel behandelt, sorgt für anhaltende Entspannung. Füße und Beine werden tagtäglich belastet, Rückenschmerzen und Verspannungen entstehen oft durch falsche Schuhe, langes Sitzen oder dauerndem Stehen. Die Reflexzonen an den Füßen werden stimuliert und der ganze Körper entspannt sich. Hochwertige, natürliche Öle werden für diese Massage verwendet und pflegen gleichzeitig die strapazierte Haut.

Thailändische Fußmassage

...lerne eine effektive Behandlungsform mit unterschiedlichen Möglichkeiten kennen. Mit Hölzern und Händen werden Energiepunkte stimuliert und diese (Energiebahnen) aktiviert. Die Durchblutung wird verbessert und das vegetative Nervensystem entspannt. Ausscheidung und Entgiftung werden angeregt. Das Fließen von Herzenergie und Prana wirkt sich allgemein positiv auf das Wohlbefinden und Psyche aus. Auf diese Weise können inneres Gleichgewicht, Gesundheit und Zufriedenheit einkehren.

Marmapunkt Gelenkmassage

... lerne die ayurvedische Marmamassage professionell anzuwenden. In den Marmapunkten (Energiepunkte) treffen Bänder, Gefäße, Muskeln, Knochen und Gelenke aufeinander. Durch sanfte Bewegungen und angenehmes Kreisen auf den Marmapunkten und um die Gelenke werden Giftstoffe, gebundene Energien und Blockierungen intensiv und langfristig gelöst.