



# Shiatsu für Mütter

## **Entspannung in der neuen Zeit mit Baby sowie Hilfe bei körperlichen Beschwerden**

Die Shiatsu-Behandlung wirkt entspannend, nährend und wohltuend. Sie hilft, sich körperlich und emotional auf die neue Zeit mit dem Baby einzustellen und gleichzeitig auch gut im eigenen Körper und bei sich selbst zu sein. Alles was Sie sich als Mutter Gutes tun, wirkt sich unmittelbar auch auf Ihr Baby aus. Die Behandlung wirkt unterstützend bei Beschwerden wie:

- **Rücken-/Nackenbeschwerden, sowie Ischialgien, Symphyseschmerzen und Verspannungen im Rückenbereich durch tragen des Babys**
- **Brustentzündung, Milchstau, Problemen mit dem Milchfluß z.B. viel Milch**
- **wirkt unterstützend bei Geburtsverletzungen wie Kaiserschnitt und Dammriss bzw. Schnitt**
- **Shiatsu fördert Gelassenheit und Urvertrauen, hilft sich körperlich und emotional auf die neue Zeit mit Baby einzustellen und Ängste abzubauen**
- **Verspannungen durch Emotionale Schwankungen**

Die Massage wird Bekleidet auf einer weichen Matte am Boden und gestützt durch Kissen in einer entspannten, achtsamen Atmosphäre durchgeführt.

**Eine Behandlung von 60 Min. kostet 50,- Euro. Dieser Einführungspreis gilt bis zum 31.8.2012**

**Weitere Angebote wie Yoga für die Rückbildung und Babymassage:  
Anke Herbst, [www.yoga-wohlbefinden.de](http://www.yoga-wohlbefinden.de)  
e-mail: [info@yoga-wohlbefinden.de](mailto:info@yoga-wohlbefinden.de)/[yoga.wohlbefinden@googlemail.de](mailto:yoga.wohlbefinden@googlemail.de)  
Terminabsprache gerne per Handy: 0179-3994434**