



# Shiatsu- Massage

## **Entspannung und mehr Kraft in einem hektischen Alltag gegen Verspannung**

Die Shiatsu-Behandlung wirkt entspannend, nährend und wohltuend. Die Shiatsu Massage wird ganz auf die jeweiligen Probleme der zu behandelnden Person abgestimmt. Durch Auflegen der Hände sowie Druckmassagen mit Finger, Handfläche, Ellbogen oder Knie an speziellen Körperpunkten kann die Lebensenergie frei und ungehindert durch den Körper fließen.

Blockaden und Verspannungen werden so gelöst und ein eventuelles Ungleichgewicht im Energiesystem des Körpers ausgeglichen. Dieser sanften Druck wird als entspannend, wohltuend und belebend empfunden. Durch die Shiatsumassage werden die Selbstheilungskräfte des Körpers gestärkt.

Die Massage ist besonders geeignet bei:

- **Rücken- und Nackenbeschwerden sowie Verspannungen**
- **Erschöpfung und Stress**
- **innerer Unruhe und begleitend bei Burn-Out**
- **Verspannungen durch Emotionalen Stress**

Die Massage wird Bekleidet auf einer weichen Matte am Boden in verschiedenen Liegepositionen in einer entspannten, achtsamen Atmosphäre durchgeführt.

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

**Anmeldung und weitere Infos gerne bei: [info@yoga-wohlfinden.de](mailto:info@yoga-wohlfinden.de),  
Anke Herbst, Terminabsprache gerne per Handy: 0179-3994434**