

Naikido-Shiatsu

Osteokinetik

Moxen

Schröpfen

Diverse
Zusatzausbildungen



Karin Klein

Dipl. Naikido-Shiatsu Praktikerin
Groß Gerungs/Wien

Dietmanns 42
3920 Groß Gerungs

Neulerchenfelderstraße 65
1150 Wien

0660/ 530 530 1
www.gerungs.at/massagekarin



**GRATIS
KENNENLERNBEHANDLUNG
JEDERZEIT MÖGLICH!**

Jede Sitzung gestaltet sich nach Ihren individuellen Bedürfnissen. Nach einem Befundungsgespräch wende ich diejenige Methode an, die für Sie momentan am geeignetsten ist.

Rückerstattung der Kosten bei Privatarztversicherung!



© Fotostudio Bauegartner

*Mein
Geschenk
an Sie*

»Zeit«



SHIATSU



WAS IST SHIATSU EIGENTLICH?

Shiatsu ist eine Japanische, eigenständige, in sich geschlossene Form der ganzheitlichen, manuellen Körper- und Energiearbeit. Bei der unter anderem durch sanften Druck, Rotationen, Schaukeln oder Dehnung der Energiefluss angeregt wird.

Shiatsu wird auf einer am Boden liegenden Matte in stressfreier, nach jap. Tradition stiller Atmosphäre, in Verbindung mit Tsubos (Akupunkturpunkten), Meridianen, Moxibustion und den Erkenntnissen der Traditionellen chinesischen Medizin ausgeführt.

WARUM SOLLTE ICH SHIATSU MACHEN?

Weil die Lebensenergie (Qi) in unseren Meridianen fließt. Zuviel von dieser Energie (=Yang Überschuss), zu wenig, oder ein gestautes Qi, verursacht ein energetisches Ungleichgewicht im Körper, was zu Blockaden und Inbalancen in fein- und grobstofflichen Bereichen führen kann.



Schröpfen:
Durchblutung und Lymphfluss werden angeregt; Schlackenstoffe abtransportiert.



Osteokinetik:
Sanfte Wirbelsäulenbehandlung auf dem Massagetisch von Kreuzbein bis Atlas.



WIE WIRKT SHIATSU?

Vorbeugung:

Shiatsu unterstützt den Organismus dabei, in Harmonie und Gleichgewicht zu bleiben. Es ermöglicht tiefe Entspannung oder auch anregende Aktivierung.

Allgem. Befindlichkeitsstörungen:

Shiatsu hilft bei Verspannungen im Rücken-, Schulter- und Nackenbereich. Es lindert Magen- Darmprobleme, Herz- Kreislaufbeschwerden, Atemwegsprobleme oder depressive Verstimmungen. Shiatsu beruhigt bei Stress, Anspannung und Nervosität, und kräftigt bei Erschöpfung, Überlastung oder Burn Out.

Wahrnehmung:

Shiatsu hilft Vertrauen in den eigenen Körper und ein besseres Gespür für die eigenen Bedürfnisse zu entwickeln. So entsteht ein vermehrtes Körperbewusstsein, um sich selbst und seine Gesundheit besser wahrzunehmen.

Stärkung:

Shiatsu stärkt das Immunsystem und regt die Selbstheilungskräfte an.