

Shiatsu



Sanfter Druck mit tiefer Wirkung

Shiatsu heißt wörtlich übersetzt „Daumendruck“ und ist eine eigenständige manuelle japanische Massagearbeit. Achtsame Berührung erfolgt in Form von Druck durch Finger, Handballen, Daumen, Ellenbogen, Knien oder Füßen. Shiatsu wird am Boden auf einer weichen Matte ausgeübt und nutzt auch weitere vitalisierende Techniken wie Dehnungen, Rotationen und Schaukeln.

Shiatsu wirkt harmonisierend, führt zu tiefer Entspannung und Regeneration, lindert körperliche Beschwerden, aktiviert die Selbstheilungskräfte, stärkt das Immunsystem und verbessert das Wohlbefinden.

Anwendungsgebiete:

Vorbeugend zur Erhaltung der Gesundheit, bei Stress, Nervosität, Erschöpfung und innere Unruhe, sowie Schlafstörung und chronische Müdigkeit, bei Kopfschmerzen und Migräne, lindert Schmerzen und Verspannungen im Rücken-, Nacken- und Schulterbereich, bei Beschwerden des Verdauungstraktes und begleitend im Leistungssport.

Shiatsu-Anwendung: 60min 50€, 30min 30€



Terminvereinbarung: in der Rezeption bzw. tel. unter 0699/18600186
Auf Ihr Kommen freut sich **Susanne Preimesberger**