

SHIATSU - URLAUB FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

Einmal kam ein Klient zu mir und sagte: „Bitte runderneuern“ - alles war gesagt. Genau dies war sein Anliegen und mit **SHIATSU** kann genau dies geschehen. Natürlich bin ich keine Werkstatt mit Ersatzteillager, aber ich höre zu, wertschätze mein Gegenüber und passe mein **SHIATSU** Ihrer Lebenssituation an. Dabei wird der Fokus auf eine „Rundum-Gesundheit“ gelegt. Die Anwendung findet auf einer Bodenmatte und am bekleideten Körper statt. **SHIATSU** wird auch gern in Firmen zur Mitarbeitergesundheit angeboten.

„SHIATSU“ bedeutet „Fingerdruck“

Die Wirkung von **SHIATSU** lässt sich gut dadurch erklären, dass im Körper ein wunderbares Netzwerk existiert. Alle Bereiche des Körpers und der Psyche kommunizieren miteinander. Durch sanften oder kräftigen Druck mit Daumen und Handfläche, sowie durch Rotationen der Gelenke und Dehnen des Bindegewebes wird Ihr Körper ganzheitlich reguliert. Bereiche der Überlastung können entlastet werden, andere Bereiche, die bisher wenig

versorgt wurden, werden mit frischer Energie genährt. Bei den traditionellen fernöstlichen Gesundheitslehren wird von Meridianen (Leitbahnen im Körper) und dem Ki (Lebenskraft) gesprochen. Beim achtsamen Kontakt entlang der Meridiane werden energetische Verbindungen wieder hergestellt und körpereigene Kommunikations- und Energiesysteme aktiviert.

„Eine Kunst des Ausgleichs und der Harmonie - entspannen, loslassen, genießen, erleben“

KlientInnen nehmen **SHIATSU** häufig als ein wohltuendes, Kraft schöpfendes „Berührtsein“ wahr. Es kann Impulsgeber für mehr Zufriedenheit und innere Ruhe sein. In der Naturheilkunde wird **SHIATSU** vor allem bei Rückenleiden und stressbedingten Störungen eingesetzt. Mehr Balance, Entspannung und Vitalität sind die häufigsten Effekte und dann, wie von selbst, mehr Lebendigkeit, mehr Ideen und Freude für künftige Lebensaufgaben.

Quelle: Claudia Semmler

SHIATSU FINGERDRUCK

entspannen | loslassen | genießen | erleben
betriebliche Gesundheitsvorsorge & Wellness

Claudia Semmler | Shiatsu-Praktikerin
Bauerstraße 12 | 80796 München/Schwabing
Tel. 0172 8531709 | shiatsu-fingerdruck.de