

Shen Do Shiatsu



Shen Do Shiatsu

Shen Do Shiatsu ist eine ganzheitliche, manuelle Körperenergieeinheit, die ursprünglich aus Japan überliefert wurde und auf der gesundheitspädagogischen Energielehre der traditionellen chinesischen Medizin beruht.

Shen Do Shiatsu ist als gezielte, tiefe, präsente Berührung wirksam um Disharmonien und Blockaden im Körper zu entdecken und zu behandeln.

Shiatsu ist eine, auf den ganzen Körper bezogene, Energie- und Körperarbeit und ersetzt weder den Hausarzt noch den Heilpraktiker.

Shi bedeutet Finger und atsu ist der mitfühlende Druck der als Basis dieser Massagetechnik zur vorbeugenden Behandlung und zur Erhaltung der Gesundheit angeboten wird.

Wozu kann Shen Do Shiatsu helfen?- Verklebungen und Verspannungen innerhalb der Muskulatur lösen

- ermöglicht ein tieferes und freies Atmen und somit einer Erhöhung der Sauerstoff-Sättigung
- erzielt somit eine Verbesserung der Durchblutung aller Organe im Körper und auch des Gehirns
- dies hat einen stärkenden Effekt auf das Immunsystem und den Stoffwechselhaushalt (Metabolismus)
- hiermit können Muskeln tiefer entspannen, somit Gelenkblockaden gelöst und dadurch Rehabilitationsprozesse / Genesungsprozesse effizient gefördert werden
- Aktivierung der Selbstheilkräfte bei akuten und chronischen Krankheitsbildern
- Förderung der seelischen und körperlichen Ausgeglichenheit
- Sensibilisierung der Körperhaltung und der Beweglichkeit
- kann Beschwerden am aktiven und passiven Bewegungsapparat (Knie-, Hüft-, Schulter- oder Rückenbeschwerden) lindern
- Shen Do Shiatsu bietet Menschen einen tieferen

Entspannungszustand und somit eine Sensibilisierung Ihres Körperbildes und des Körpergefühls

Warum ist es von Vorteil kontinuierlich zu behandeln?

Da auch der menschliche Körper einem natürlichen Fluss ständiger Veränderungen unterliegt, kann die Wirksamkeit in der Kontinuität einer Shen Do Shiatsu 5er oder 10er Reihe gesteigert werden. Körperliche und seelische Disharmonien können bewusster wahrgenommen werden, beeinflusst und gelöst werden. Eine Shen Do Shiatsu Anwendung dauert ca. 50 bis 60 Minuten und es findet immer ein Vorgespräch statt. Profitieren Sie von Ihrem Entspannungs-zustand und Ihrem körperlichen, geistigen Wohlbefinden und nehmen Sie sich hinterher noch ein wenig Zeit zum nach „spüren“, ausruhen und geniessen. Um eine dauerhaft Wirkung jeder Shen Do Shiatsu Anwendung prozesshaft zu erleben, wird der Shen Do Shiatsu Praktiker Ihnen für den Alltag und für zu Hause, Körper- und Achtsamkeitsübungen empfehlen.

Wer kann Shen Do Shiatsu in Anspruch nehmen?

Shen Do Shiatsu ist für Menschen jeden Alters, auch für Kinder, geeignet, die sich auf eine sehr behutsame und sanfte Methode der Körperarbeit einlassen wollen. Menschen, die sich selbst erfahren wollen, zur Ruhe kommen möchten oder ihre eigene Körpersensibilität entdecken und erfahren möchten.

Mitarbeiter im Gesundheitswesen haben besonderen Gewinn um Ihre eigenen Körperspannungstonus zu reduzieren und somit Verspannungen etc., in kurzer Zeit zu lindern.



Seminardauer: 2 Tage mit 10 Zeitstunden gesamt bei mindestens
10 Teilnehmern Termin: Gerne auf Anfrage