

Shiatsu

ein Weg zur Entspannung, Balancierung und Revitalisierung

Mein Name ist Claudia Zimmermann, ich biete in den Räumen des Pilates-Studio von Birgit Gremer, Shiatsu-Behandlungen an.

Im Rahmen meiner Ausbildung zur Shiatsu-Praktikerin beschäftige ich mich seit Mai 2007 mit dieser Methode. Mich inspiriert diese Art von Berührung, weil ich selbst damit tiefe Entspannung erfahren habe und spüren durfte, dass nicht nur der Körper, sondern auch Seele und Geist, der ganze Mensch, sich besser wahr nehmen kann.

Was ist Shiatsu?

Shiatsu ist eine ganzheitliche Behandlungsmethode, die der Traditionellen Chinesischen Medizin entstammt und in Japan entwickelt wurde. Durch sanften, tiefwirkenden Druck mit den Handballen, Daumen, Ellbogen oder den Knien wird die Lebensenergie im ganzen Körper angeregt und harmonisiert. Körperliche und seelische Ausgeglichenheit werden somit gefördert. Sie liegen auf einem Futon (Matte) am Boden in bequemer und wärmender Kleidung.

Was bewirkt Shiatsu?

- es hilft Ihrem Körper sich zu entspannen
- es verbessert Ihr Körpergefühl und fördert Wohlbefinden
- es unterstützt Ihre körpereigenen Reserven und somit die Gesunderhaltung
- es regt die Selbstheilungskräfte an
- es kann bei vielen Beschwerden und Symptomen eine Hilfe sein
- es wirkt ausgleichend in Krisen
- es unterstützt Veränderungsprozesse

Termine jeden Mittwoch
zwischen 16 Uhr bis 19 Uhr

nach telefonischer Vereinbarung unter
0163/2887519

Behandlungsdauer: ca. 60 Minuten
Preis: 48,00 EUR

Bringen Sie bitte warme, bequeme Kleidung mit,
in der sie sich wohl fühlen.

Ich freue mich auf Sie !

Ihre Claudia Zimmermann

