

Kopf-Nacken-Antistress Massage

BEAUTY / WELLNESS



Als Volksleiden ist der „verspannte Nacken“ dem größten Teil der Bevölkerung bekannt. Häufig wird er auf zu viel Stress zurückgeführt. Auch einseitige Körperhaltungen über längere Zeit (Sitzen am PC) führen oft zu Beschwerden in diesem Bereich. Ebenso kann ein häufiges „Zähne zusammenbeißen“ oder nächtliches Zähneknirschen zu massiven Verspannungen im Kiefer- und Nackenbereich führen.

Mit der Kopf-Nacken-Antistressmassage wird, über wichtige Reflexzonenpunkte und der

Behandlung der Schulter- und Nackenmuskulatur, gezielt eine ausgleichende und entspannende Wirkung erreicht. Die Antistressmassage ist eine Mischung aus Akupressur und verschiedenen bewährten Massagetechniken.

Sie hilft bei:

- Verspannungen und Schmerzen im Kopf- und Nackenbereich
- Migräne und Kopfschmerzen lindernd bzw. vorbeugend
- Tinnitus
- Verspannung im Kieferbereich und Kiefergelenk
- emotionalen Spannungen
- schlechter Körperhaltung und verbessert die Aufrichtung
- einem schwachen Immunsystem
- der Anregung unserer Selbstheilungskräfte

Die erlernten Techniken werden zu einem vollständigen Behandlungskonzept zusammengeführt und am Ende des Seminars als komplette Massage gegenseitig geübt.

Bitte mitbringen: Ein größeres Handtuch oder Leintuch, ein kleines Kissen, Decke, Getränk (am besten Wasser).

Die Materialkosten sind im Seminarpreis enthalten.

Die Teilnehmer/innen erhalten ein Paracelsus Zertifikat.

Dozent/in Renate Aman: JG 1963, verheiratet, 3 Töchter, Ausbildung als Bürokauffrau mit 12 Jahren Berufserfahrung. Sie machte sich 2010 als Pilates-Instructor mit eigenem Studio selbständig. Dazu kamen Weiterbildungen als Trainerin für Yoga und Beckenbodengymnastik. Ausbildungen zur Dorn-Massagepraktikerin folgten. Sie besuchte die 2-jährige Heilpraktiker-Ausbildung an den Deutschen Paracelsus Schulen. Parallel dazu machte sie die Ausbildung zur Osteopathie mit erfolgreichem Abschluss und Zertifizierung beim VfO. Als Dozentin der DPS gibt sie Ihr Wissen im Bereich der Ausbildung zum Wellnesstrainer, Entspannungstrainer und Massagepraktiker weiter.

Termine:
Sa. 03.08.2024
09:00-17:00 Uhr

Preis:
135,- Euro *

Paracelsus
Gesundheitsakademie
Münchener Str. 44
83022 Rosenheim
Tel. 08031 - 21 91 24

Seminarnummer:
SSH82030824

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

