

Tiefengewebsmassage

Tuina Aus- und Fortbildungszentrum Hamburg

mit Irmhild Kaiser

6./7. November 2010

Schwerpunkt: Unterer Rücken

Kurstermin:

6./7. November 2010

Sa 10.00 – 18.00 Uhr,

So 9.00 – 15.00 Uhr

Kosten:

175,- €

Veranstaltungsort:

Praxis Annette Jonas

Tuina Aus- und Fortbildungszentrum Hamburg

Annette Jonas · Beim Grünen Jäger 16 · 20359 Hamburg

Tel: 040.437872 · Fax 040.4304109 post@annettejonas.de

www.annettejonas.de

Irmhild Kaiser

ist Heilpraktikerin für chinesische Medizin und Körperarbeit seit 1991.

Aus und Fortbildungen u.a. in:

- Ganzheitlicher Massage
- Integrative Tiefengewebearbeit (Somatic Integration)

- Chinesische Medizin: Akupunktur, Akupressur, chin. Kräuterheilkunde
- Japanische Akupunktur nach Kiiko Matsumoto

Mitgründerin und Dozentin der Heilpraktikerinnenschule Alchemilla e.V.

Trainerin für integrative Körperarbeit und chinesische Medizin

Integrative Bindegewebsarbeit (Tiefengewebearbeit)



Die integrative Bindegewebsarbeit ist eine einfühlsame und tiefe Arbeit, die direkt auf die Faszien der Muskulatur, Bänder und Sehnen wirkt. Sie ermöglicht dass verklebte Muskeln und Sehnen sich lösen und das BG wieder an Beweglichkeit gewinnt und besser durchblutet wird.

Durch gezielte, langsame Griffe und Atmung wird die Aufmerksamkeit in die entsprechenden Körperbereiche und Gewebe gelenkt und bewirkt dort eine Steigerung des Energieflusses.

Durch sanfte und intensive Berührung

werden tiefer liegende Spannungsmuster gelöst. Diese Arbeit wirkt auf unsere Haltungsmuster und ermöglicht ein verbessertes Gespür für das eigene Gleichgewicht, für unsere Haltung zwischen Himmel und Erde. Bewegungseinschränkungen werden verbessert und tiefe oft chronische Schmerzen haben die Gelegenheit sich zu verändern.

In diesem Kurs werden wir die Struktur am Becken und unterem Rücken mit dieser Arbeit behandeln. Das Becken als „unteres Körperzentrum“ kann das Gefühl einer stabilen Körpermitte geben. Hier wird aus chinesischer Sicht unsere ganz eigene Substanz - Essenz - und Lebensenergie gespeichert.

Strukturell gesehen ist das Becken unser Fundament. Die Funktionsfähigkeit jedes Körperteils ist abhängig von der Organisation und Verbundenheit der verschiedenen Gewebarten im Beckenbereich. Besonders die vertikale Stabilität, die Atmung und die Fortbewegungsfähigkeit werden maßgeblich davon beeinflusst.

Tuina Aus- und Fortbildungszentrum Hamburg

Annette Jonas · Beim Grünen Jäger 16 · 20359 Hamburg

Tel: 040.437872 · Fax 040.4304109 post@annettejonas.de

www.annettejonas.de