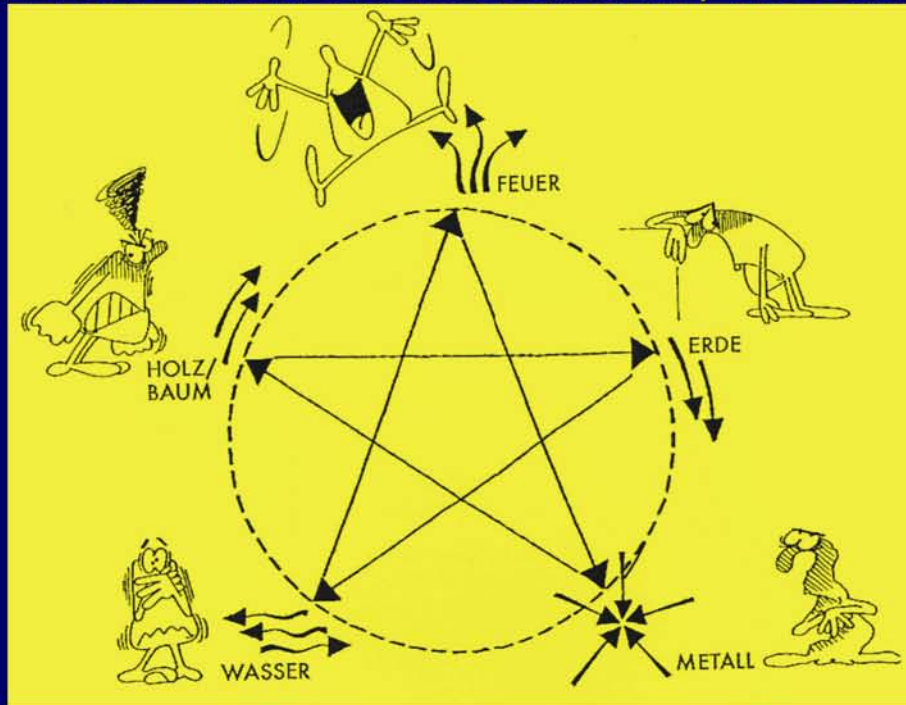


SHIATSU

DIE FÜNF WANDLUNGSPHASEN / KO ZYKLUS



Was ist Shiatsu?

Shiatsu heißt wörtlich: „Fingerdruck“. Es ist eine manuelle ganzheitliche Körperarbeit, die Ihren Ursprung in fernöstlichen Heilmethoden hat, deren Grundlage die Vorstellung von der Existenz einer allen Lebewesen innewohnenden **Lebensenergie Ki**, ist. Gesundheit und Wohlbefinden eines Menschen hängen ab vom freien Fließen dieser Energie und ihrer gleichmäßigen Verteilung im Körper.

Wann hilft Shiatsu?

Shiatsu ist für Menschen aller Altersgruppen geeignet, da die Methode an die individuellen Bedürfnisse des Klienten angepasst wird.

Man kann es zur Entspannung genießen und prophylaktisch zur **Erhaltung der Gesundheit** einsetzen.

Was ist das Ziel von Shiatsu?

Druck auf die Meridiane, Punkte, Gelenke, Muskeln und Sehnen **löst energetische Blockaden und fördert den Fluß der Energie**. Shiatsu stimuliert das autonome Nervensystem und hat entspannende Wirkung. **Innere Wachstums- und Heilungsprozesse werden unterstützt.**