

# *Soul & Bodybalance*

## **Bellabaci - Massage**

Die Anwendung des Schröpfens mit Schröpfkelchen aus medizinischem Silikon, ist eine sanfte Behandlung um verklebte fasziale Strukturen des Körpers zu lösen. Tieferliegende Muskelschmerzen können aufgelöst werden. Eine gesteigerte Durchblutung der Muskeln, sowie die Entgiftung und Reinigung der Haut und der Förderung deren Elastizität, sind weitere Eigenschaften dieser Behandlung. Diese Technik ermöglicht auch eine Selbstbehandlung.

### **Inhalt**

- Faszienkunde
- Wirkung der Massagetechnik
- Kontraindikationen
- Grundtechniken und Ablauf einer Bellabaci-Massage
- Praktische Ausführung einer Bellabaci-Massage

Sie erlernen den Ablauf einer Bellabaci Cups - Massage. Sie erlernen Techniken um Faszienverklebungen zu lösen. Sie kennen die positive Auswirkung dieser Massage und deren Einfluss auf Körper und Geist.

### **Voraussetzungen**

Es sind keine Vorkenntnisse nötig

### **Mitbringen**

2 Badetücher, bequeme Kleidung

### **Datum/Zeit**

Tagesworkshop Datum siehe Webseite

10:00 – 16:00 Uhr

Bellabaci Cups werden im Kurs zur Verfügung gestellt. Es besteht die Möglichkeit ein Set zu kaufen.

### **Durchführungsort**

Soul & Bodybalance

Breitenweg 2, 3604 Thun