

Workshop Bamboo - Massage

Bambus; Symbol für Reinheit, Schönheit und ein langes Leben.

Diese fernöstliche Behandlung vermittelt ein herrliches Gefühl von Leichtigkeit und tiefer Entspannung.

In fließenden Bewegungen werden unterschiedlich grosse Bambusstöcke über den Körper gezogen & gerollt. Dies hilft, Blockaden zu lösen. Faszien werden geschmeidiger gemacht, die Durchblutung angeregt und die Muskeln gelockert. Die ätherischen Wirkstoffe und das feine Aroma des Massageöls verstärken den Effekt.

Inhalt

- Bamboopflege / Hygiene
- Bedienung / Vorstellung Wärmequelle
- Wirkungsweise der Massage
- Kontraindikationen
- Grundtechniken und Ablauf einer Bamboo-Massage
- Praktische Ausführung einer Bamboo-Massage

Sie erlernen die Anwendung einer Bamboo-Massage. Sie kennen die positive Auswirkung dieser Massage und deren Einfluss auf Körper und Geist.

Voraussetzungen

Keine Voraussetzungen nötig

Mitbringen 2 Badetücher, bequeme Kleidung

Datum

Tages Workshop Datum siehe Webseite



Durchführungsort

Soul & Bodybalance

Breitenweg 2, 3604 Thun