

INDISCHE KOPFMASSAGE

... frei werden in Kopf und Geist

Die indische Kopfmassage kommt aus dem Ayurveda und spricht alle Menschen an, die sich nach geistiger Entspannung sehnen. Mit zarten Berührungen im Schulter-, Nacken- und Gesichtsbereich finden Menschen rasch wieder in ihr Wohlbefinden, können entspannen und fühlen sich geborgen.

In Indien hat jede Familie ihren eigenen Massagestil und pflegt damit die Gesundheit der ganzen Familie. So werden muskuläre Verspannungen auf sanfte Weise gelockert, Verhärtungen gelöst und die Durchblutung gefördert. Der Lymphfluss kommt in Bewegung und der Stoffwechsel wird unterstützt, um Giftstoffe auszuscheiden.

Die indische Kopfmassage besteht aus verschiedenen Kombinationen von beruhigenden, langsamen, streichelnden, raschen, stimulierenden Grifftechniken und umfasst Kopf, Schultern, den oberen Rückenbereich, sowie Gesicht und Dekolleté. Gerade in diesen Bereichen stauen sich emotionaler Stress und Verspannungen.

Die Anwendung gibt frisches Aussehen, regt den Haarwuchs an, verhilft zu Energie und Vitalität und wirkt Depressionen und Stress entgegen. Auch Angstzustände, Kopfschmerzen, Migräne und Schlaflosigkeit können sich stark verbessern.

Ziel ist ein optimaler Ausgleich, Entspannung und Balance für Körper, Geist und Seele, sodass die Gesundheit auf allen Ebenen gefördert wird.

Dauer: 1 Tage

SEMINARINHALTE „INDISCHE KOPFMASSAGE“

- Geschichte und Entwicklung in Europa
- Die Wirkung von Kräuterstempel
 - Indikationen /Kontraindikationen
 - Der Kopf
 - Kopfschmerzen
- Materialien
 - Wirkung der Öle
- Vor- und Nachbereitung / Raumsetting
- Grifftechniken
 - Rücken, Schultern, Nacken
 - Kopf, Gesicht und Dekolleté
- Selbstmassage