

Massagen für den Wellnessbereich

Die angegebene Zeit dient als Richtwert. Bei der Buchung mehrerer Massagen kann sich die Gesamtzeit reduzieren, da sich einige Themen überschneiden. Entscheidend sind die gewünschte Intensität der Schulung und die Vorkenntnisse der Teilnehmer. Um einen optimalen Schulungserfolg zu garantieren, arbeite ich ab 10 Teilnehmern mit einer Assistentin. Die Massagen sind für den Wellnessbereich ausgelegt. Für einen therapeutischen Einsatz sind gesonderte Absprachen zu treffen. Die Themen Kontraindikationen, Materialkunde sowie Vor- und Nachbereitung werden bei jeder Massage besprochen und sind deshalb nicht gesondert angegeben. Alle Massagen werden praktisch im gegenseitigen Austausch gemeinsam erarbeitet.

Klassische Rückenmassage • 2 Tage

Mit Techniken wie Streichungen, Knetungen und Reibungen wird die Muskulatur gelockert und Verspannungen werden gelöst.

- Anatomie der Muskulatur von Rücken und Nacken
- Ablauf einer Rückenmassage im Liegen
- Ablauf einer Rückenmassage im Sitzen

Aromamassage • 3 Tage

Die Aromamassage ist eine Kombination aus Duft und Berührung. Sie vereint sanfte Techniken verschiedener Massagestile, Elemente der klassischen Massage und Komponenten energetischer Arbeit.

- Wirkungsweise ätherischer Öle
- Umgang mit ätherischen Ölen
- Qualitätskriterien ätherischer Öle
- Einführung in die Biochemie der ätherischen Öle
- ausgewählte ätherische Öle für den Massagebereich
- Herstellung individueller Mischungen

Ayurveda – Ölmassagen • 4 Tage

Mukabhyanga, Padhabhyanga, Abhyangha

(Gesichts -, Fuß -, und Ganzkörpermassage)

Im theoretischen Teil gibt es eine Einführung in die ayurvedische Lehre der Doshas, der Konstitutionstypen und der für die Massage wichtigen Marmapunkte (Energiepunkte). Weiterführende Themen sind die Öle und Parameter für das Ausgleichen der Doshas in der Massage.

- Einführung in die Philosophie des Ayurveda
- ausgleichende Wirkung der Öle
- Grundlagen der Konstitutionslehre
- ausgewählte Marmas (energetisch wirksame Punkte)
- Ablauf der Mukabhyanga, Padhabhyanga und Abhyangha

Hot Stone Massage • 3 Tage

Die Hot Stone - Massage kombiniert die wohltuende Wirkung von Wärme und Massage mit der Kraft der Basaltsteine.

- Massagetechniken der Hot Stone - Massage
- Layouts legen
- Handling der Hot Stones
- Einführung in die Steinheilkunde
- Einführung in die Chakrenlehre (Energiezentren)
- Einführung in die Meridianlehre (Energiebahnen)

Lomi Lomi - Hawaiianische Massage • auf Anfrage

Bei dieser fließenden Warmölmassage wird mit den Händen als auch mit den Unterarmen massiert. Die Lomi Lomi kann in kürzerer Form als tief entspannende Wellnessmassage erlernt werden oder intensiver als Massageritual in der ursprünglichen Form mit Gesang und Tanz.



Einzelbehandlungen und ganzheitliche Seminare

Heilpraxis Grobbecker

Erich-Baron-Weg 14

12623 Berlin

Tel.: (030) 63379133

Fax: (030) 63379134

info@heilpraxis-grobbecker.de

www.heilpraxis-grobbecker.de