

WEITERE KURSE

Kompakt

- **Massage**
- **Lymphdrainage**
- **Fußreflexzonenbehandlung**
- **Anatomie in vivo**

Partner- Massagekurse

Wohlfühlen
im Alltag



Massieren lernen
unter praktischer
Anleitung.

Tel.: 089 / 18 95 98 42
info@lymphdrainage-kurse-muenchen.de
www.lymphdrainage-kurse-muenchen.de

CHRISTIAN HOLZER
Masseur & Heilpraktiker

CHRISTIAN HOLZER
Masseur & Heilpraktiker

WOHLFÜHLEN UND ENTSPANNEN

Der Kurs

Bereits in alten Kulturen wurde die Massage als **bewährtes Heilmittel** eingesetzt. Bis in die heutige Zeit wird sie, wenn auch meist in modifizierter Form, erfolgreich angewendet.

Schon einfache Berührungen bewirken manchmal kleine Wunder. Kombiniert mit der richtigen Technik intensiviert sich ihre **wohltuende Wirkung auf Körper und Geist**.

In meinem **Partnermassage-Kurs** lernen Sie auf einfache, verständliche Weise, wie Sie und Ihr/e Partner/in mehr **Entspannung, Ruhe und Ausgeglichenheit im Alltag** erlangen.

Da die häufigsten orthopädischen Probleme **Rücken und Nacken** betreffen, und hier Massagen auch im Allgemeinen als am angenehmsten empfunden werden, behandelt dieser **Basiskurs** ausschließlich diesen Bereich.

WOHLFÜHLEN UND ENTSPANNEN

Die Details

Die **auf 6 Personen begrenzte Teilnehmerzahl** ermöglicht ruhiges, entspanntes „Arbeiten“ und Genießen sowie Eingehen auf individuelle Problemstellungen und Fragen.

Der Kurs ist in **2 Unterrichtseinheiten á 5 Stunden** aufgeteilt, welche an Wochenenden stattfinden. Die **Kursgebühr** beträgt **155 € pro Person** und beinhaltet ein Kurs-Skript.

WOHLFÜHLEN UND ENTSPANNEN

Die Themen

- **Massagen zum Wohlfühlen und Entspannen**
- **Hilfe bei akuten Rücken- und Nackenproblemen**
- **Theoretisches Wissen**
 - ◇ Wirkungen der Massage
 - ◇ Ursachen von Rückenproblemen
 - ◇ Massageöle
 - ◇ Anatomie-Basics
 - ◇ Wärmetherapie
 - ◇ Gegenanzeigen
 - ◇ Praktische Tipps