

# Shiatsu

Druck mit dem Finger oder Daumen, eine altherwürdige Therapieform, die der Akupunktur vorausging. Auf körperlicher Ebene wird das Zusammenspiel der inneren Organe gefördert. Damit steht dem Körper-Geist-System wieder mehr Energie und Potential zur Verfügung.

Wörtlich übersetzt bedeutet Shiatsu „Fingerdruck“. Seine Ursprünge liegen in der traditionellen chinesischen und japanischen Medizin. Shiatsu gehört möglicherweise zu den ältesten Heilverfahren auf diesem Planeten.

Es bezeichnet eine große Bandbreite unterschiedlicher Behandlungsarten und Situationen.

- Kräftiger Druck mit Handgriffen.
- Sanfter, schwächerer Druck mit zarten Dehnungen der Gliedmaßen.
- Handauflegen, oder ein Mix aus all diesem.

Die Diagnose kann durch Tasten des Pulses gestellt werden, über die Zustimmungspunkte am Rücken, durch Drücken des Bauches oder durch einen Blick auf Gesicht und Körperhaltung.

Shiatsu aktiviert die körpereigenen Selbstheilungskräfte, lässt die Lebensenergie wieder ungehindert in ihren Bahnen fließen.

## **Anwendungsgebiete:**

- Funktionale Befindlichkeits- und psychosomatische Störungen.

- Akute und chronische Schmerzen und Funktionsstörungen des Bewegungsapparates.
- Unterstützung von konventionellen Therapien
- Substanzaufbau und Verkürzung der Regenerationszeit nach Operationen und im leistungsorientierten Sport.

## **Wilhelmine Hein**

Diplomierte Hara Shiatsu Praktikerin

Qualifikation: 3 jährige Ausbildung im Hara Shiatsu

Zentrum Tomas Nelissen

Abschluss mit Diplomprüfung, Diplomarbeit über  
Fibromyalgie

Diverse Weiterbildungen bei internationalen Lehrern und  
Therapeuten.

Langjährige Erfahrung in Ernährung nach den fünf  
Elementen.

2384 Breitenfurt, Tannengasse 28

Tel: 0660 / 766 9379