



SABINE FOHRMANN

3-monatige Fortbildung "Chair Shiatsu" – Mobile Massage

Unter dem Begriff der "Mobilen Massage" wird das ursprünglich in den USA entwickelte System der ON-SITE-Massage immer bekannter und beliebter. Diese Art der Massage bedarf nur ein Minimum an Raumangebot, sie ist überall dort einsetzbar, wo Stress und Verspannungen entstehen oder Entspannung erwünscht ist.

Die Stuhlmassage beinhaltet wohltuende Massageelemente auf der Basis von Akupressur und Shiatsu, erweitert um spezielle Grifftechniken unter Anwendung von Dehnung, Schwingung und Mobilisation. Typische Verspannungen können in kürzester Zeit gelöst, strapazierte Nerven harmonisiert werden. Dadurch wird auch die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit aufgefrischt. Das körperliche und seelische Gleichgewicht wird harmonisiert, der Selbstheilungsprozess angeregt und die eigene Wahrnehmung des Körpers gefördert. Dadurch können belastende Verhaltensmuster auf eine natürliche Weise verändert und aufgelöst werden.

Der Wellness- und Fitnessmarkt befindet sich im Umbruch. Es gibt viele Berufsfelder und Möglichkeiten sich zu entwickeln und weiterzubilden. Im Gesundheitsbereich geht es nicht mehr nur um den Körper, sondern auch um den Geist. Die Nachfrage nach alternativen Heilungs- und Trainingsmethoden steigt, weil wir gerade im Zeitalter des Fortschritts Probleme haben unsere innere Harmonie zu finden. Work-Life-Balance ist die Herausforderung des 21. Jahrhunderts. Hier bietet die Stuhl Massage eine hervorragende Möglichkeit Menschen direkt z.B. am Arbeitsplatz zu helfen und vorzubeugen.

Das Wichtigste in Kürze:

- Behandlung auf ergonomisch abgestimmtem Therapiestuhl
- Therapeut kommt zum Kunden / Mitarbeiter
- Kunde bleibt während der Massage bekleidet, trotzdem vollständige Effizienz der Massage

Die Schwerpunkte der Ausbildung liegen in den Bereichen:

1. Chinesische Massagetechnik (Tuina)
2. Chinesische Meridianenlehre inkl. Akupressur Punkten
3. Shiatsu Technik
4. Mobilisationstechniken

Fortbildungsinhalte:

Theorie:

- Grundlagen der TCM (Traditionelle Chinesische Medizin)
- Bestandteile der TCM
- Einführung in die Lehre der Fünf Elemente
- Einführung in den Taoismus
- Was ist Qi?
- Tai Chi / Qi Gong als Teil derTCM
- Anatomie/Physiologie
- Wie unterscheidet sich ist Tuina von klassischen Massagetechniken?
- Wirkung und Ziel der mobilen Stuhlmassage

Praxis:

- Hygienemassnahmen
- Vorsichtsmassnahmen / Arbeitsmaterial
- Körperwahrnehmung (eigene und Kunde)
- Tuina (Chinesische Massage)
- Chinesische Klopftechniken
- Hals/Nacken Massage mit Akupressurpunkten
- Arm/Handmassage mit Akupressurpunkten
- Rückenmassage mit Akupressurpunkten
- Gelenkmobilisation
- Dehnungen
- Wahrnehmungssteuerung

Zeitraum

3 Monate : 3 Abende im Monat + 1 Samstag Practise pro Monat

Zukünftige Berufsfelder:

- **Messen**
- **Hotels**
- **Firmen**
- **Veranstaltungen/Events**
- **Flughafen**
- **Wellnesshotels**
- **Gesundheitszentren**
- **Eigene Praxis**

Nachweis:

Zertifikat

Teilnehmerzahl begrenzt**Aufnahmevoraussetzung:**

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

Kosten inkl. Skript: 1.980,00 Euro