



## Heilraum für Geist, Leib & Seele

Die Sitzung beginnt mit einem 15minütigen Gespräch. Anschließend darfst Du es Dir auf der Liege (Bauchlage) bequem machen. Für die Massage musst Du Deinen Oberkörper frei machen.

Ich beginne diese Massage-Sitzung mit Pulsen von der Hüfte abwärts zu den Füßen und wechsele wieder bei der Hüfte angekommen in die Rückenmassage mit einem wohl duftenden Wildrosen-Massageöl. Kurz vor Sitzungsende lege ich einen Papierstreifen auf Deinen Rücken und drücke diesen auf Deine Haut, damit sich alle dort gespeicherten negativen Energien (alle Gefühle/Ereignisse sind in der Wirbelsäule gespeichert) durch dieses Papier aufsaugen lassen. Abschließend ziehe ich dieses fix von Deinem Körper und entsorge somit alles, was sich lösen/entfernen lässt.

Die energetische Wirbelsäulenmassage ist eine sanfte, dynamische Massage am ganzen Rücken und an der Wirbelsäule entlang. Strapazierte Bandscheiben finden durch sanftes Dehnen Erholung. Eine sehr befreiende und entspannende Methode.

Zum Abschluss folgt für 15 Minuten ein gegenseitiges Feedback.

Auch nach dieser Sitzung ist es ratsam, dass Du Dir anschließend Zeit für Dich selbst nimmst (und nicht zur Arbeit oder zum nächsten Termin hetzt), damit Du Dir genug Aufmerksamkeit schenken kannst.