

Die Kraft des Frühlings



Shiatsu für Paare

**Samstag, 20. Mai 2023 von 14.00 – 17.00 Uhr
im TVL Gym bei Silke**

Spond Code: DYLXP



Shiatsu ist eine Massagetechnik aus Japan.

Dabei liegt der Klient/die Klientin bekleidet auf einer Matte.

Shiatsu ist sehr wohltuend und eignet sich hervorragend für Stressabbau, bei Verspannungen, Rückenschmerzen, Migräne ua.

In diesem Kurs lernst Du Schritt für Schritt einfache Techniken mit Deinem Partner, indem Ihr Euch unter meiner Anleitung gegenseitig behandelt. Darüber hinaus erfährst Du etwas über die Energie des Frühlings, dem die Energiebahnen des Leber- und Gallenblasenmeridians zugeordnet sind.

Keine Altersbegrenzung; keine Vorkenntnisse erforderlich; Teilnahme mit Partner/Partnerin

Du liegst zeitweise in Bauch-oder Rückenlage; als Behandelnder sollten Deine Knie beschwerdefrei sein; eigene Yogamatten könnt Ihr mitbringen, sind aber keine Voraussetzung; tragt bequeme Kleidung und Socken.

Treffpunkt: Foyer vor dem Gym, ab 30 Min vor Beginn

Kontakt: info@tv-lokstedt.de Kosten 10 € Mitglieder / 20 € Nichtmitglieder