



GESUNDHEITSZENTRUM
APOTHEKE WILLISAU



SHIATSU

Die innere Balance wiederfinden

Therapie für Körper, Seele und Geist

SHIATSU berührt und bewegt

Shiatsu (Fingerdruck) ist eine ganzheitliche japanische Therapieform, die ausgleichend auf Körper, Seele und Geist wirkt. Sie basiert auf der fernöstlichen Gesundheitslehre und arbeitet mit den bekannten Leitbahnen (Meridianen), in denen die Lebensenergie (Ki) fließt. Dieses Wissen wurde mit westlichen Therapietechniken ergänzt und verfeinert.

SHIATSU ist angenehm, befreiend und entspannend

Eine Shiatsu-Behandlung ist eine tief entspannende und gleichzeitig belebende Erfahrung. Die Klientin oder der Klient liegt in bequemer Kleidung auf einer Matte am Boden. Mit leichten Druck-, Dehnungs- und Rotationsbewegungen wird die Lebensenergie (Ki) angeregt und in ihr natürliches Gleichgewicht gebracht. Spannungen und Blockaden lösen sich.

SHIATSU wirkt bei körperlichen Beschwerden und seelischen Belastungen

Shiatsu kann sowohl als Alleintherapie als auch begleitend zur Schul- und Alternativmedizin bei physischen und psychischen Beschwerden angewandt werden.

Körperliche Beschwerden: Kopfschmerzen und Migräne; Nacken-, Rücken- und Schulterschmerzen; Magen-, Darm- und Verdauungsprobleme; chronische und akute körperliche Beschwerden ohne medizinische Ursache; Menstruationsbeschwerden; uvm

Seelische Belastungen: Burnout, Depression, Trauma; Nervosität, Schlafstörungen und Angstzustände; Essstörungen; Erschöpfungszustände und chronische Müdigkeit, uvm

Veränderungsprozesse: Unterstützung der Genesung und der Rehabilitation; Schwangerschaft, Geburtsvorbereitung und Nachgeburtsbegleitung; Wechseljahrsbeschwerden, uvm

Weitere Informationen zur Methode www.shiatsuverband.ch

Ruth Koch-Steffen

KomplementärTherapeutin mit Branchenzertifikat OdA KT, Methode Shiatsu

Shiatsu ShinTai®

Somatic Experiencing (SE)® | SOMA Embodiment®

Under Neuhus 7, 6017 Ruswil, 079 / 883 52 69 ruth@shiatsu-koch.ch shiatsu-koch.ch

EMR / EGK / ASCA / VISANA registriert / von allen Krankenkassen anerkannt

SHIATSU stimuliert die Selbstheilungskräfte und gleicht den Energiefluss im Körper aus
SHIATSU hilft sich zu regenerieren, Energie aufzutanken und das Gleichgewicht wiederzufinden
SHIATSU hilft die eigene Wahrnehmung zu verbessern und zur Ruhe zu kommen
SHIATSU eignet sich für Menschen in allen Lebensumständen und in jedem Alter, auch für Kinder/Babys
SHIATSU unterstützt die Genesung nach Krankheit/Unfall und fördert Gesundheit und Wohlbefinden