

Indische Kopfmassage

Weiterbildung für KörpertherapeutInnen sowie interessierte Laien

Datum: **22.07.2022 - 24.07.2022**

Dauer: 2 Tage

Leitung: **Devapria Gokani**

Preis: **280,00 €**

» [Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Ansprechpartnerin

Janine Wader

Tel. 0221-57407-28

j.wader@uta-akademie.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Seminarbeschreibung

Die Indische Kopfmassage hat ihre Wurzeln im ayurvedischen Heilsystem. Sie bringt tiefe Entspannung und Beruhigung, energetisiert, erfrischt und fördert die Durchblutung im gesamten Kopfbereich, einschließlich des Gehirns, des Gesichts und der Augen. Wenn das Gehirn entspannt, entspannt sich der gesamte Körper und das Nervensystem.

Muskeln im Bereich des Nackens, des oberen Rückens, der Schultern und im Brustbereich werden gelockert und so der natürliche Energiefluss zwischen Kopf und Herz wieder hergestellt. Hierdurch kann sich der Stress, der sich in Gewebe, Muskeln und Gelenken angesammelt hat, lösen.

Entspannung fürs Gehirn – auch im Büro

Die Indische Kopfmassage ist besonders wohltuend für alle, deren Augen häufig großen Belastungen ausgesetzt sind – etwa durch Bildschirmarbeit oder lange Autofahrten. Da die Massage im Sitzen stattfindet, ein Entkleiden nicht nötig ist und es keinerlei Hilfsmittel braucht, kann sie ohne Aufwand am Arbeitsplatz und in Büros angeboten werden.

Lerninhalte und Zielgruppe

Die Teilnehmenden erlernen die grundlegenden Massagetechniken und erhalten einen Einblick in traditionelles indisches und ayurvedisches Heilwissen. Zudem ist das Seminar der aktuellen Situation angepasst und die Teilnehmenden bekommen auch viele Elemente der Selbstmassage beigebracht. Nach der Ausbildung sind die Teilnehmenden in der Lage, eine 30- bis 45-minütige Einzelsitzung zu geben.

Der Kurs richtet sich sowohl an interessierte Laien als auch an professionelle KörpertherapeutInnen als wertvolle Ergänzung und Abrundung ihrer eigenen Techniken.