

Fussreflexzonen Massage



Fußreflexzonenmassage selber machen:
Darauf müssen Sie achten!



KOPF
Brust
OBERER BAUCH
UNTERER Bauch
PO, BEINE, Becken

Gehirn
Zähne, Nebenhöhlen, Kiefer
Nacken
Hals & Schilddrüse
Lungen & Bronchien
Magen
Wirbelsäule
Dickdarm
Dünndarm
Po, Beine, Becken

Donnerstag, 17. Juni 2021, 18:15 – 20.45 Uhr

Gehörlosenzentrum, Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich

Inhalte und Ziele

Fussreflexzonenmassage kann helfen, um körperliche Beschwerden zu lindern. Die spezielle Fussmassage wirkt entspannend und die Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Es gibt verschiedene Techniken für Selbst- und Partnerbehandlung und wir lernen durch die Übungen gleichzeitig auch unsere Füsse besser kennen und wahrzunehmen. An diesem Abend lernen wir durch die Fussreflexzonenmassage verschiedene Grifftechniken zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte kennen.

Es hat Zeit für Fragen und Austausch.

Zielgruppe

für alle interessierten Personen

Kursleitung

Nadja Elisa Trimboli,
Gesundheitsmassagen & Bewegung

Kommunikation

Deutsch mit Gebärdensprachdolmetschen

Kosten

Fr. 5.- pro Person

Anzahl

5 - 15 Personen

Anmeldeschluss

Do, 3. Juni 2021 an z-angebote@sichtbar-gehoerlose.ch



sichtbar
GEHÖRLOSE ZÜRICH

Oerlikonerstrasse 98, 8057 Zürich

www.sichtbar-gehoerlose.ch