



AquaRelax - WasserShiatsu - WasserTanzen

Heike Draheim
0231 / 3 11 96 42
bodyflowing@web.de
<http://www.body-flowing.de>



WasserShiatsu

An der Wasseroberfläche im 35° warmen Wasser auf speziell entwickelten Kissen und auf Händen getragen, erleben Sie einen Zustand von Schwerelosigkeit und tiefer Entspannung. Sanftes Wiegen, wellen- und spiralförmiges Bewegt-Werden wechseln ab mit Muskel- und Gelenkdehnungen sowie mit Momenten der Ruhe.

Die integrierten Shiatsu- (Druck-) Massagen aktivieren den Energiefluss im Körper und fördern die Selbstheilungskräfte. Die Atmung vertieft sich. Muskuläre, geistige und seelische Anspannungen können sich lösen.

WasserShiatsu

bietet Entlastung von beruflichem oder privatem Stress. Sie können sich zurücklehnen und genießen.

Sie erfahren gesteigertes Wohlbefinden und erleben sich danach leistungsfähiger und dem Alltag besser gewachsen. Sie sind entspannter, flexibler, körperlich und geistig erholt.

Weitere Informationen erhalten Sie beim Institut für Aquatische Körperarbeit (IAKA). www.watsu.de ®

Termine nach Absprache

60,- € / 1 Stunde (erste Kennenlern-Anwendung 45,- €)

5-er Abo. = 5,- € Ermäßigung pro Termin



Wellness

Entspannung

Prävention