



Beate Lahnsteiner

Dipl. Shiatsu-Praktikerin

entsprechend den Richtlinien des ÖDS
(Österreichischer Dachverband für Shiatsu)



- + Shiatsu + Gua Sha + Moxen
- + Schröpfen + Narbenentstörung
- + Kindershiatsu



Beate Lahnsteiner

Dipl. Shiatsu-Praktikerin

Kalchofen 54
4850 Timelkam

Praxisadresse:
Mühlbachgasse 7 (Arkadenhof)
4840 Vöcklabruck

Telefon: 0664/735 077 65

E-Mail: beate.lahnsteiner@gmx.at

www.members.aon.at/lahnsteiner

Termine nach telefonischer Vereinbarung!



WAS IST SHIATSU?

Shiatsu wird auf dem Boden, auf einer weichen Matte und in bequemer Kleidung ausgeübt.

Shiatsu ist eine japanische, vollkommen eigenständige Behandlungsform, zur Erhaltung der Gesundheit. Durch absichtslose und achtungsvolle Berührung wird der Energieausgleich in den Meridianen angeregt. Shiatsu wirkt auch im Bereich des Bewegungsapparates unterstützend, indem durch strukturelle Techniken Verspannungen im Körper gelöst werden. Durch die Arbeit am Zentralkanal werden Traumen aufgelöst und Lebenskräfte befreit, die im Spannungssystem des Körpers eingeschlossen sind.

Shiatsu ist für jede Altersgruppe geeignet.

Shiatsu mobilisiert, bringt stagnierte Energien zum Fließen und harmonisiert Körper, Geist und Seele...



DAS BESONDERE AN SHIATSU:

- Im Mittelpunkt von Shiatsu steht der Mensch.
- Shiatsu-PraktikerInnen geben eine besondere Form der Aufmerksamkeit und Zuwendung und nehmen so die Bedürfnisse der KlientInnen sehr gut wahr.
- Shiatsu ist eine achtsame Form der Begegnung und Berührung.

WIE KANN SHIATSU SIE UNTERSTÜTZEN?

- Steigerung des individuellen Wohlbefindens
- Unterstützung bei Veränderungen und Umbruchsphasen
- Anregung der Selbstheilungskräfte
- Stressbewältigung, Entspannung
- Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Erschöpfung, Verdauungsprobleme etc.
- Lösen von Verspannungen im Bewegungsapparat (Hilfe bei Rücken- und Nackenschmerzen)
- Unruhe, Unausgewogenheit in der Befindlichkeit
- Konzentrationsstörungen und Hyperaktivität bei Kindern, Erhaltung des Gleichgewichts
- Frauenorientierte Behandlungen (Menstruation, Schwangerschaft, Wechseljahre)

