

Shiatsu

Flow van drukken, trekken en bewegen

Shiatsu is een manuele therapievorm uit de traditionele chinese geneeskunde.

Het is een combinatie van manuele technieken en energetisch werk op de meridianen.

Tijdens een shiatsu sessie ligt u gekleed op een comfortable futon.

De therapeut brengt ritmisch druk aan langs het lichaam. Hierbij blijven zijn handen steeds 'luisteren' zodat deze druk onspannend tot aangenaam pijnlijk blijft. Hij beweegt uw diep ontspannen lichaam doelgericht en maakt blokkades in spieren en gewrichten los.

Het doel van shiatsu is het energetisch systeem, dat door fysieke, mentale of emotionele belasting uit balans is geraakt, opnieuw in een natuurlijke toestand van een dynamisch evenwicht te brengen.

Een shiatsu behandeling duurt 60-75 minuten en kost 70€.



Craniosacrale therapie

Zacht, subtiel en diepgaand

Het craniosacrale systeem omspannt het gebied tussen schedel (cranium) over wervelkolom tot het heiligbeen (sacrum). Het omsluit, beschermt en voedt het centrale zenuwstelsel.

De craniosacrale therapie (afgekort: cranio) is een zachte, niet-invasieve en diepgaande geneeswijze stammend uit de osteopathie.

Enkel door het behandelen van het craniosacrale systeem worden alle uithoeken van het fysieke lichaam bereikt. Bovendien worden ook de diepere emotionele en mentale lagen aangesproken.

De functionele kringen van lichaam en geest worden zo een voor een opnieuw in harmonie gebracht.

Een cranio behandeling duurt 60-75 minuten en kost 70€.



Oliemassage

Er helemaal zijn

Oliemassage, dat is helemaal ontspannen, loslaten en genieten. Direct contact van huid op huid heeft een diep effect op de hele mens.

Oliemassage, dat is er helemaal mogen zijn, dat is aangeraakt, dat is geraakt worden. Een bijzonder moment van zichzelf voelen in rust en vertrouwen.

Voor de massage bespreken we met welke intenties u komt en welke delen van uw lichaam aangeraakt gaan worden en welke niet.

Tijdens de massage ligt u op een comfortable massagetafel. Oliemassage, dat is op zachte, intense manier in contact komen met je eigen lichaam. Zichzelf erop trakteren, het wonder van het zijn hier en nu te genieten.

Een oliemassage duurt 90-100 minuten en kost 100€.

