



Akupressur im Alltag

Eine Einführung und praktische Anwendungen

Seminar/ Fortbildung

Michael Ambach

Die bei uns am häufigsten angewendete Therapieform der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) ist die Akupunktur.

Spezielle Areale auf der Körperoberfläche des Menschen werden hierbei mit Nadeln durchstoßen. Dies geschieht in der Absicht, die Lebensenergie Qi zu beeinflussen und somit Gesundheit zu fördern.

Doch die Akupunktur ist nicht die einzige Methode, den Qi-Fluss zu modulieren. Neben der Anwendung von Wärme (Moxa), Laserstrahlen oder farbigem Licht können die Akupunkturpunkte auch durch Druck stimuliert werden. Diese Methode wird als **Akupressur** bezeichnet.

Im Rahmen dieses Akupressur-Seminars werden wir grundlegende Techniken der Punktlokalisierung und Stimulation erlernen. Mit diesen handwerklichen Fähigkeiten ausgestattet wagen wir uns dann an die Selbstbehandlung unterschiedlicher körperlicher Zustände, die im Alltag immer mal wieder auftreten, wie zum Beispiel: Kopfschmerzen, Übelkeit, Schlaflosigkeit, Müdigkeit und anderes mehr.

Wann: Freitag, 29. November 2019 16:00 – ca. 20:00 Uhr

Wo: Yoga und Naturheilpraxis Birgit Bandlow
Goetheplatz 2, 88214 Ravensburg, 2. OG

Kosten: 35.- Euro . Dieses Seminar kann als Fortbildung abgerechnet werden.

Anmeldung und Fragen:

Michael Ambach mail@michael-ambach.de Mobil: 0172 66 85 761

Birgit Bandlow info@yogaundnaturheilpraxis.de Mobil: 0152 53 146 145