

Thai Yoga Massage

2./3. Mai 2020: Anfängerkurs

- Samstag 2. Mai: Basiswissen, Geschichte und Philosophie der traditionellen Thai Yoga Massage.
Sonntag 3. Mai: Du lernst die Durchführung einer einstündigen Thaimassage unter Berücksichtigung verschiedener Dehnungs- und Akupressurtechniken

9./10. Mai 2020: Aufbaukurs

- Samstag 9. Mai: Sequenz in der Rückenlage, Bauch und Organmassage
Sonntag 10. Mai: Energielinien in der Thai Yoga Massage, Massagesequenz in der Bauchlage

16./17. Mai 2020: Vertiefungskurs

- Samstag 16. Mai: dynamische Thaimassage, Seitenlage
Sonntag 17. Mai: praktische Übungen zu mehr Gefühl, Verspieltheit und Spaß, sowie Spontaneität, Kreativität und Leichtigkeit in der Thaimassage
Energie- und Entspannungsübungen für den Masseur

Allgemeine Infos:

An allen Tagen optional Yoga um 9:00 Uhr
Die Teilnehmerzahl ist pro Seminartag auf 5 Personen begrenzt.
TEILNAHMEZERTIFIKATE werden auf Wunsch ausgestellt!

Ort:

Praxis Fokus Herz
Zentralstrasse 32
8610 Uster

PREIS:

Der Preis für einen Tag ist 135 Franken, für ein Wochenende 250 Franken. Sonderpreis für mehr als ein Wochenende.
Reduktion auf Anfrage immer möglich.

Über Alex:

Seit 2007 ist die Thai Yoga Massage eine seiner grossen Leidenschaften.

Während mehreren Thailand-Reisen studierte er bei über 10 Lehrern die Thai-Massage und entwickelte einen sehr persönlichen Stil. Er liebt es mit Freude und Leichtigkeit seine Erfahrungen weiterzugeben.

Ausserdem ist Alex praktizierender Yoga Lehrer und Schüler und lässt yogisches Wissen in Theorie und Praxis mit in den Unterricht einfliessen.

Anmeldungen, Fragen, weitere Informationen:

Email an: aomassage@gmx.de oder mail@fokus-herz.ch

Whatsapp: 004917678133123 oder 0041774534114