



Die ureigenen Kräfte und die Lebensfreude entdecken mit

Shiatsu



>> Shiatsu Massagen

Im Trubel von Beruf und Alltag bleibt immer weniger Zeit für Ruhe und Entspannung, um im Leben erfolgreich, ausgeglichen und gesund zu sein.

Mit einer für Sie individuellen Shiatsu-Anwendung erfahren Sie eine sanfte aber tiefenwirkende Handflächen- und Fingerdruck-Massage auf den weit verzweigten Energiebahnen des Körpers. Energetische Imbalancen werden bei der Anwendung harmonisiert, wodurch körperliches

und seelisches Wohlbefinden gefördert werden. Bequem bekleidet erhalten Sie die Akkupressur- und Massageanwendung in angenehmer Atmosphäre bei entspannender meditativer Musik.

Shiatsu entstammt der alten chinesischen Heilkunde und trägt zur Stärkung von Vitalität und Gesundheit bei. Dieses bewährte Wissen hilft, die ureigene innere Balance zu finden.

>> Doris Engel-Engelien

Die gelernte Arzthelferin blickt auf eine mehr als zwanzigjährige Tätigkeit in naturheilkundlichen und anthroposophischen Arztpraxen zurück. Diese Erfahrung bringt die Mutter und examinierte Gesundheits-Pädagogin in ihren Shiatsu- und Ayurveda-Anwendungen ein, um Körper, Geist und Seele in harmonischen Einklang zu bringen.

>> Shiatsu - Kraft und Motivation von innen

Jeder Mensch, unabhängig von Alter, körperlicher, geistiger oder seelischer Verfassung, kann Shiatsu für sich in Anspruch nehmen. Die sanfte Akupressurmassage passt sich der Situation eines jeden Menschen an.

Dabei ist es gleich, ob es um Krankheit, um Probleme bei der Bewältigung schwieriger Lebensphasen oder ganz allgemein um das Finden und Verweilen in der eigenen Mitte geht. Der Shiatsugebende geht davon aus, dass jedem Symptom eine seelische Verfassung zu Grunde liegt. Heilung im Sinne von Ganzwerdung kommt von innen. Shiatsu unterstützt die Menschen in diesem Prozess. Sie können ihre eigenen Ressourcen besser entwickeln und nutzen.

Shiatsu greift auf alte, traditionelle Methoden einer Medizin zurück, die über Jahrhunderte die Wirkung verschiedenster Techniken erprobte und daraus ihre Kunst weiterentwickelte. Aus dieser Erfahrung hat sich gezeigt, dass Shiatsu bei folgenden Themen besonders hilfreich ist:

- Stärkung des Immunsystems
- Stress, innere Unruhe, Nervosität, Schlafstörungen
- Erschöpfung, Antriebslosigkeit, Burnout, Depression
- Rücken- und Gelenkprobleme
- Kopfschmerzen und Verspannungen
- Psychosomatische Beschwerden
- Linderung der Nebenwirkungen von Medikamenten
- Begleitung und Unterstützung von Therapien

Shiatsu-Anwendung = 50 €

>> Ayurveda Massagen

Ausgesucht wertvolle, naturbelassene und warm duftende Öle pflegen und nähren die Haut, während die Massage für tiefste Entspannung sorgt. Der Mensch fühlt sich verjüngt und ausgeglichen, wie nach einem erholsamen Kurzurlaub.

Der Körper wird durchblutet, gereinigt, entspannt, vitalisiert und findet so den Weg zu seiner eigenen, persönlichen Schönheit.

**Ayurveda-
Anwendung**

90 Minuten = 60 €

„Eine Krankheit erst zu behandeln,
nachdem sie ausgebrochen ist,
ist genauso dumm,
als würde man einen Brunnen graben,
wenn man schon durstig ist“

aus Nei Jing
des Gelben Kaisers zur Inneren Medizin

Doris Engel-Engelien

Buschhüterdyk 61
47803 Krefeld

Tel.: 02151 65 48 51

Mobil: 0173 9924421

info@engel-shiatsu.de

www.engel-shiatsu.de