



Atemmassage

Die Atemmassage wird mit heißen Kompressen eröffnet. Sie ähnelt der klassischen Massage, reicht aber weit über deren Wirkung hinaus. Sie verbessert die Beweglichkeit und das Koordinationsvermögen und kann hilfreich sein bei Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates.

Die Massagegriffe setzen da an, wo sich Probleme des Menschen im Körper abzeichnen. Stauungen im Gewebe und verklebte Faszien werden gelöst, der Muskeltonus kann sich normalisieren. Dazu wirkt die Atemmassage regulierend auf das Herz-Kreislauf-System, den Verdauungstrakt und alle Drüsenfunktionen.

Wegweiser ist der Atem. Ihn zu fördern, den Menschen wieder ganz von der Atembewegung durchschwingen zu lassen, ist das Ziel.

aeria