



4 X MASSAGE

Deze reeks geeft de mogelijkheid om in 4 avonden een ontdekkingsreis te maken door de wereld van massage . U kan 4 belangrijke stromingen binnen dit heerlijke gebied gaan verkennen.

Ze hebben allen tot doel ontspanning te brengen en hebben een heilzaam effect op de harmonie tussen lichaam en geest.

Dynamische massage

een vorm van massage en relaxatie die bestaat uit een vloeiende aaneenschakeling van sterk ritmisch uitgevoerde bewegingen. Zowel degene die de massage geeft als die ze krijgt, zijn voortdurend op een intense manier in beweging.

Manuele lymfedrainage

Een zeer zachte vorm van massage die zowel de vochtcirculatie in het lichaam stimuleert als de weerstand tegen ziekte verhoogt.

Holistische massage

Een totaal-massage waarbij we met olie zachte strijk- en kneedbewegingen maken die een diepe lijfelijke en mentale ontspanning tot gevolg heeft. Deze vorm beoogt een respectvolle, bewuste wisselwerking tussen gever en ontvanger.

Voetreflexologie

Ons lichaam is weerspiegeld in onze voeten. Door op bepaalde punten op de voet te drukken brengen we balans in onze lichaamsfuncties.

INFO

Wanneer ?
dinsdagavond telkens
van 19u30 u tot 22u
3/3 - 10/3 - 17/3 - 24/3

Prijs
1 200 fr.

Meebrengen
matje, handdoek
losse kleding aantrekken

Begeleiding
Hilde Verhaegen.
zij is opgeleid in
relaxatie, massage en
shiatsu en volgt een
opleiding in traditionele
Chinese geneeskunde

i.s.m. Natuurlijk Genezen