



Shiatsu

physio team

Krankengymnastik
Hannes Hübbe



Shiatsu bedeutet wörtlich übersetzt so viel wie Fingerdruck (Shi= Finger, Atsu = Druck.) und wird deshalb auch als japanische Form der Akupressur bezeichnet.

Shiatsu ist in Japan aus einer Synthese der traditionellen chinesischen Massage und westlicher physiotherapeutischer Behandlungsmethoden entwickelt worden. Um die Verbindung Körper-Geist-Seele wieder im Gleichgewicht zu erfahren, werden Energiebahnen (Meridiane) aktiviert und harmonisiert.

Dies geschieht über Hand-und Fingerdruck, dehnen, halten und weiches Mobilisieren, wodurch die Blut- und Lymphzirkulation, die Beweglichkeit und die Körperhaltung verbessert werden.

Chronische Verspannungen können somit gelindert werden, und wir können uns tief entspannen.



Eine **Shiatsu**-Sitzung dauert ca.50 Minuten. Im Anschluss daran wird noch eine Nachruhe empfohlen. Durch die Behandlung werden die Selbstheilungskräfte angeregt und gestärkt.

禪
指
圧





physio team

Krankengymnastik
Hannes Hübbe

Tel 030-611 21 08
Fax 030-612 80 52 8

Heckmannufer 4 · 10997 Berlin
info@physioteam-berlin.de
www.physioteam-berlin.de