



SCHOLZ NATURHEILZENTRUM
Moderne Medizin geht weiter.



Diverse Massagetechniken

> Was ist das?

Massagen gehören zu den ältesten Heilmitteln der Menschheit. Sie wirken entspannend, schmerzlindernd und wohltuend auf Körper, Geist und Seele. Massagen verbessern die Durchblutung des Gewebes, lösen Verspannungen, lockern und energetisieren den Körper – und steigern das Wohlbefinden. Im Laufe der Medizingeschichte haben sich unterschiedliche Massagetechniken entwickelt, die auf die ganz individuellen Anforderungen verschiedener Beschwerden eingehen. Dazu gehören beispielsweise

- klassische Massage,
- Spezialnervenmassage,
- Bindegewebsmassage,
- Shiatsu,
- Träger-Technik,
- Joint Release,
- Lymphdrainage,
- Triggerpunkt-Technik,
- Muskelkettendarbeit,
- Längs- und Querfraktion

und viele andere Techniken, die je nach Ausgangssituation und Diagnose miteinander kombiniert werden können.

> Was habe ich davon?

Die richtige Massage bringt Ihnen, neben der Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens, viele Vorteile. Je nach Beschwerdebild werden Verspannungen und Verklebungen in den Muskeln und im Gewebe gelockert und gelöst. Schmerzen werden gelindert, und durch die Steigerung der Durchblutung wird der Stoffwechsel angeregt. Mit der Behandlung und Lockerung vorhandener oder drohender Bewegungseinschränkungen kann den negativen Folgen einer Blockierung oder Verhärtung entgegengewirkt werden. Und – eine Massage ist einfach wohltuend.

Frank Scholz
Quarree 4 - 22041 Hamburg

Telefon 040 25178774
Telefax 040 25178776

praxis@scholz-naturheilzentrum.de
www.scholz-naturheilzentrum.de