



shiatsu
ISOLDE SCHACKMANN



DIE BEHANDLUNG

In meiner Praxis unterstütze ich Sie mit Shiatsu, Gespräch und Anleitungen. Shiatsu wirkt entspannend und führt zu innerer Ruhe und lebendiger Klarheit. Die Behandlung stärkt Ihre Ressourcen und Ihre Fähigkeit, mit den Belastungen des Alltags gelassener umzugehen.

Shiatsu kombiniert die ganzheitliche, energetische Sichtweise des Menschen aus der TCM (Traditionellen Chinesischen Medizin) mit manuellen Behandlungsmethoden. Durch achtsame Berührung und tiefen fokussierten Druck auf Meridiane und Akupunkturpunkte wird ein Ausgleich in Ihrem körperlichen und seelischen Energiesystem hergestellt, Ihre Selbstheilungskräfte werden angeregt und Ihr Immunsystem gestärkt. Bei Bedarf ergänze ich die Behandlung mit Schröpfen, Moxa, Kompressen, Anregungen zu gesunder Ernährung und Lebensweise.

Eine Behandlungseinheit dauert 60 Minuten. Sie liegen dabei bekleidet auf einer bequemen Matte am Boden.



SHIATSU UNTERSTÜTZT UND HILFT

- bei Müdigkeit, Erschöpfung, Stress, Burnout
- bei Kopfschmerzen und Migräne
- bei Magenschmerzen und Verdauungsproblemen
- bei Rückenschmerzen bzw. Schmerzen im Bewegungsapparat
- bei Ein- und Durchschlafstörungen
- bei Frauen-Themen (Zyklus, Wechsel, Kinderwunsch etc.)
- in Lebensphasen der Um- und Neuorientierung
- in krisenhaften Lebenssituationen (Scheidung, Trauer, Depression, traumatische Erfahrungen etc.)
- als Ergänzung zu ärztlicher Behandlung und Psychotherapie
- zur Stärkung des Immunsystems
- einfach, um sich selbst etwas Gutes zu tun

*„Berührung ist das Fundament jeder Beziehung.
Der Beziehung zu anderen und zu sich selbst.“* Emmi Pikler





„Den Puls des eigenen Herzens
fühlen. Ruhe im Inneren,
Ruhe im Äußeren. Wieder Atem
holen lernen, das ist es.“

Christian Morgenstern

ICH FREUE MICH
AUF SIE!

Isolde Schackmann

Dipl. Hara Shiatsu Praktikerin

Kirchenplatz 1

4893 Zell am Moos

0664 1614808

shiatsu@isoldeschackmann.at

www.isoldeschackmann.at

