

Massasjekurs jan/feb 2012

Touchèd Dèeplly – Dèeplly touchèd



Välkommen till ett härligt tillfälle att uppleva en massageform som når djupt in i både muskler och känslor. Smaka på den underbara känslan av att kroppen återfår sin naturliga energi, spontanitet och känslomässiga kontakt. Vi arbetar långsamt och i harmoni med andningen. När de fysiska spänningarna släpper kommer ofta stillheten och en djup avslappning.

Denna kurs är både för dig som redan är massör och vill lära mer och för dig som vill pröva något nytt.

Teman vi kommer att ta upp: • Frigörande av leder • "Deep strokes" • Triggerpunkter • Närvaro i oss själva • Arbetsställning • Fri andning • Flöde • Hur möter jag klienten? • Integration av känslor • Meditation. Under tre kvällar kommer vi att arbeta oss igenom hela kroppen. Det är också möjligt att komma bara en kväll och prova på – ge din kropp en gåva! Behandlingarna är djupgående och fortsätter att integreras en lång tid efter behandlingstillfället. Metoden är mycket strukturerad samtidigt som den lyssnar till varje individs specifika behov. Vi uppskattar kroppen som något oerhört värdefullt och inte som en maskin som ska fixas.

Var: Fjellspa, Rauland Högfjellshotell **När:** Kl.17- 21.00 tisdagarna 17/1, 31/1 & 7/2.

Pris: 1.200 för 4 ggr eller 350 per gång. **Info & anmälan:** anandsmrati@yahoo.se, tel: 95466548



Smarati Skog är en underbar lärare som har arbetat med massage i 30 år. Förutom att hon driver "Rauland Fjellspa" har hon också kurser i "Tantra" och Selvtutveckling. Se www.tantraforum.se

Bashir Kominek har arbetat med massage i 7 år och är specialiserad på "Conscious touch", "Pilates" och meditation.



Välkommen