



# Wellnessmassagen

Sie möchten mal für kurze Zeit Ihrem Alltag, der Hektik und dem Stress entfliehen, die Seele baumeln lassen? Sie möchten sich selbst und anderen etwas Gutes tun, Energie und Vitalität aufladen? Dann sind Sie in diesem Workshop genau richtig!

Hier lernen Sie die vielfältigen Massagemöglichkeiten von den Füßen bis zum Kopf kennen, die sowohl die mentale Entspannung fördern als auch Muskelverspannungen lösen. Entdecken Sie die Fähigkeit Ihrer Hände, die mit Sensibilität und einfachen Grundtechniken so viel Positives bewirken können.

Eine Energie-Fußmassage kann z.B. nervöse Anspannungen lösen, Schlafstörungen lindern, bei Müdigkeit und Erschöpfung neue Energie spenden!  
Bei Kopfschmerzen oder Migräne kann eine Manupressur sehr ausgleichend und schmerzlindernd wirken.

Bitte bequeme Kleidung mitbringen.  
Partneranmeldungen sind bevorzugt – Einzelanmeldungen sind jedoch möglich

**Dozentin: Heidi Gutjahr**

**Kontaktadresse :**

Brunnenhof Akademie GmbH  
Erdinger Straße 84  
85356 Freising

**Ansprechpartnerin :**

Frau Corinn Kürten-Kunda  
Tel.: 08161/9 84 63-12

E-Mail : [corinn.kunda@cbz-gruppe.de](mailto:corinn.kunda@cbz-gruppe.de)