



Barbara König



☞ **Massage** ☞ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ☞





☞ **Massage** ☞ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ☞



*Barbara König,
Heilpraktikerin und Diplom-Sozialpädagogin*

Schwerpunkt Massage, Körpertherapie und Gesundheitspädagogik
(Ayurveda, klassische Verfahren, Wellnessmassagen, Yoga,
Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Atemtherapie)

Seit 1996 bin ich als Heilpraktikerin in freier Praxis mit dem Schwerpunkt Körperarbeit tätig. Mit meinem Spektrum von westlichen und fernöstlichen Massagen, Verfahren zur Stressbewältigung bis hin zu fernöstlichen Bewegungskünsten führe ich deutschlandweit Inhouse-Trainings in hoher Qualität durch. Dabei verfüge ich über langjährige Praxis und Schulungserfahrung in Spa-Bereichen diverser in- und ausländischer Hotelanlagen wie zum Beispiel Aldiana, Hotel Maritim, Ringhotel, Romantikhôtel und andere.

Ich vermittele Massagekonzepte in kompakter Form. Intensives Lernen und das Training kurzer, aber in sich geschlossenerer Behandlungseinheiten ist effizient und motiviert durch schnelle Erfolgserlebnisse.



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧



❧ Ihre Vorteile einer Inhouse-Schulung – Individuelle Angebote für Sie

❧ *Sie möchten in Ihrem Betrieb passende Massagen für
Wellness & Gesundheit anbieten?*

Ich berate Sie gern. Die Kurse werden genau auf Ihre Bedürfnisse,
Ihre Klientel und Ihre Gegebenheiten abgestimmt.

❧ *Sie wünschen Kundenbindung, möchten Zusatzgeschäfte generieren
und Ihr Angebot erweitern?*

Überzeugen Sie durch eine qualitativ hochwertige Schulung
des gesamten Teams.

❧ *Sie möchten die Anwendbarkeit einer Behandlungsform
vor Ort erproben?*

Ich schule Ihr Team im gewohnten Arbeitsumfeld
oder an einem von Ihnen gewünschten Kursort.

❧ *Sie möchten Zeit und Geld sparen?*

Übernachtungs- und Reisekosten für Ihr Team sowie Reisezeit
entfallen, wenn Sie sich für ein Inhouse-Training entscheiden.
In kurzer Zeit vermittele ich die wesentlichen Inhalte eines
Massagekonzeptes.

Um eine hohe Qualität der Kurse zu sichern, findet der Unter-
richt in kleinen Gruppen von maximal acht Teilnehmern statt.



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Inhaltsübersicht Kursangebot ❧

Aus dem hier aufgeführten Kursangebot können Sie wählen und die im Folgenden beschriebenen Basiskurse sowie verschiedene weiterführende Angebote buchen. Die Dauer der Kurse ist mit den folgenden Symbolen gekennzeichnet:

⌘ – 1 Tag ⌘⌘ – 2 Tage.

Um Kurse zu buchen, setzen Sie sich bitte persönlich mit mir in Verbindung (www.barbarakönig.de). Ein Anmeldeformular wird Ihnen nach Absprache zugesandt.

❧ Aromamassage Seiten 6 – 10

- ❧ Aroma-Ganzkörpermassage für Erwachsene
- ❧ Aroma-Ganzkörpermassage für Kinder
- ❧ Aroma-Rückenmassage mit Duftkompressen
- ❧ Aroma-Gesichtsmassage mit Duftkompressen
- ❧ Aroma-Fußmassage mit Duftkompressen

❧ Ayurveda Seiten 11 – 18

- ❧ Abhyanga (Ölmassage)
- ❧ Abhyanga in 7 Positionen (Ölmassage)
- ❧ Udvartana (Pulvermassage)
- ❧ Samvahana (Schönheitsmassage für Frauen)
- ❧ Mukabhyanga (Kopfmassage)
- ❧ Padabhyanga (Fußmassage)
- ❧ Pristabhyanga & Upanahasveda (Rückenmassage mit lokaler Wärmepackung)

❧ Hawaiianische Massage Seiten 19 – 20

- ❧ Lomi Lomi Ganzkörpermassage



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Inhaltsübersicht Kursangebot ❧

- ❧ *Mediterrane Salz-Öl-Massage* Seite 21
 - ❧ Ganzkörpermassage

- ❧ *Russisch-Tibetische Honigmassage* Seite 22
 - ❧ Honig-Rückenmassage

- ❧ *Shiatsu* Seite 23 – 27
 - ❧ Ganzkörpermassage
 - ❧ Japanische Kopf- und Gesichtsmassage
 - ❧ Shiatsu für den Rücken
 - ❧ Mobile Shiatsu-Stuhlmassage

- ❧ *Thaimassage* Seiten 28 – 30
 - ❧ Ganzkörpermassage
 - ❧ Thaimassage der Beine und Füße

- ❧ *Übersicht aller Kursangebote* Seite 31

- ❧ *Übersicht – Ausbildung zum Wellnessmasseur mit Themenschwerpunkt* Seite 32

- ❧ *Allgemeine Teilnahmebedingungen* Seiten 33 – 34



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧



❧ Aromamassage

Ölungen und Salbungen mit duftenden Ölen gehören seit Jahrtausenden zu Pflegeritualen.

Hochwertige pflanzliche Fette schützen die Haut, pflegen, reinigen, glätten und straffen. In Verbindung mit ätherischen Ölen wird die Wirkpalette noch erweitert. Die Öle wirken durch die Haut auf tiefer liegende Gewebeschichten und können so therapeutisch eingesetzt werden.

Auf psychischer Ebene wirken Düfte über den Geruchssinn direkt auf das Nervensystem und zaubern schon in niedrigsten Konzentrationen Stimmungen hervor, harmonisieren den Gefühlsbereich, wirken stresslösend und stimmungsaufhellend.

Weiterhin finden Aromaessenzen hier Anwendung als Zusatz zu heißen oder kalten Kompressen.



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Aromamassage

❧ Aroma-Ganzkörpermassage für Erwachsene ❧❧

Die Aromamassage verbindet wohltuende Berührung, die pflegende und nährnde Eigenschaft reiner pflanzlicher Öle und die heilende Kraft der Düfte. Sie ist sinnliches Verwöhnen des Körpers und der Seele.

Diese einfühlsame Massage wirkt der natürlichen Neigung des Körpers entgegen, sich in Stresssituationen zusammenzuziehen. Sanfte Streichungen und Dehnungen der Extremitäten erlauben es dem Körper, sich wieder auszuweiten. Duftende Öle unterstützen den Impuls zu entspannen und loszulassen.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen der Aromatherapie
- * Rezepturen und ausgewählte Öle
- * Wirkung der verschiedenen Basis- und Duftöle
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Aromamassage

❧ Aroma-Ganzkörpermassage für Kinder ❧

In der Kindheit hat Berührung einen besonderen Stellenwert. Berührung fördert die körperliche und geistige Entwicklung und ist für die gesunde Entfaltung eines Kindes unentbehrlich.

Massagen mit einem selbst gemischten, duftenden Aromaöl sind bei Kindern ein beliebtes Verwöhnprogramm und eine Berührungsform, die sie sehr genießen.

Bei wiederholter Anwendung zeigen Massagen bei Kindern eine positive ausgleichende Wirkung auf Abwehrkraft, Haut, Verdauung, Atmung, Schlaf und Verhalten.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen der Aromatherapie
- * Rezepturen und ausgewählte Öle für Kinder
- * Wirkung der verschiedenen Basis- und Duftöle
- * Auswahl möglicher Utensilien wie z.B. Federn, Pinsel, Seidentücher
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Aromamassage

❧ Aroma-Rückenmassage mit Duftkomresse ❧

Viele Menschen leiden an chronisch verhärteten Rückenmuskeln und daraus resultierenden Symptomen und Beschwerden, bedingt durch einseitige Belastung, ungünstige Haltungsmuster und innere Anspannung bei Stress.

Die Aroma-Rückenmassage beinhaltet sanfte Techniken zur Entspannung und Mobilisation verspannter Muskelgruppen und fester Gelenke und nutzt die heilsame Wirkung der ätherischen Öle, um Schmerzen zu lindern, die Durchblutung zu steigern und innere Anspannung zu lösen. Unterstützend wirkt die Anwendung einer heißen Duftkomresse zu Beginn und zum Abschluss der Behandlung. Bewegungs- und Entspannungsübungen für den Rücken sowie Tipps zur Vermeidung von Übersäuerung runden das Rücken-Wellnessangebot ab.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen der Aromatherapie
- * Rezepturen und ausgewählte Öle für den Rücken
- * Kleiner Bodycheck, Tipps zur Beurteilung der Gelenkigkeit und Haltung
- * Bewegungs- und Entspannungsübungen für einen gesunden Rücken
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Aromamassage

❧ Aroma-Gesichtsmassage mit Duftkomresse ❧

Eine sanfte Massage von Schultern, Nacken, Kopf und Gesicht entspannt die Muskeln und das Vegetativum. Die hochwertigen, duftenden Pflegeöle und Aromaessenzen wirken beruhigend und ausgleichend auf das Gemüt, natürliche Fette schützen, reinigen, glätten und straffen die Haut.

❧ Aroma-Fußmassage mit Duftkomresse ❧

Eine intensive Massage der Füße und Waden mit anregenden, pflegenden Aromaessenzen löst Verspannungen der Muskulatur, unterstützt den Rückfluss der Gewebsflüssigkeiten und entlastet die Gefäße. Eine angenehme Frische und Leichtigkeit stellt sich ein.

Kopf- und Fußmassagen werden gemeinhin als besonders angenehm und wohltuend empfunden und sind eine effektive Methode zur Tiefenentspannung.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen der Aromatherapie
- * Wirkung der ausgewählten Öle
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧



❧ *Ayurveda*

Ayurveda – die „Mutter der Heilkunde“ – ist sowohl Gesundheitskunde als auch Heilkunde.

Grundlage vollkommener Gesundheit ist hier das natürliche Gleichgewicht zwischen Mensch und Umwelt und den sogenannten „Doshas“, den bio-dynamischen Energieprinzipien. Die Umsetzung zahlreicher Empfehlungen zur richtigen Lebens- und Ernährungsweise sowie unterstützender Behandlungen und Rezepturen soll ein langes, vitales und zufriedenes Leben ermöglichen.

Die bekanntesten ayurvedischen Anwendungen sind die wohltuenden Öl- und Pulvermassagen. Ob tief entspannend und Stress reduzierend oder dynamisch, kräftig und anregend – abgestimmt auf den jeweiligen Konstitutionstyp wirken sie ausgleichend und reinigend und beugen Krankheiten vor.



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Ayurveda

❧ Abhyanga – Ölmassage mit Schwerpunkt Tiefenentspannung ❧❧

Abhyanga (die Einsalbung) wird als die Königin der Ölmassagen bezeichnet. Warme Pflanzenöle werden großzügig über den ganzen Körper verteilt und ins Gewebe einmassiert. Dabei wird die Druckmassage mit sanfter, ausgleichender Massage kombiniert und die wichtigsten Energiebahnen (Nadis) und Vitalpunkte (Chakren und Marmas) werden in der Behandlung gedehnt und aktiviert. So kann die Lebensenergie wieder ungehindert fließen.

Die sanften, ruhigen Ausstreichungen und Massagegriffe dieser Ganzkörpermassage in Rücken- und Bauchlage ermöglichen eine tiefe mentale Entspannung, Regeneration und Erholung.

Inhalt:

- * Grundlagen der Ayurveda-Massage – Gunas, Doshas, Konstitutionen
- * Die feinstoffliche Anatomie – Marmas, Nadis und Chakren
- * Kleine Ölkunde, medizinierte Öle
- * Erlernen der Abhyanga-Massagetechniken und -Behandlungsabläufe
- * Behandlungskonzepte und durchschnittliche Behandlungszeiten
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen
- * Umgang mit möglichen Reaktionen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Ayurveda

❧ Abhyanga in 7 Positionen – Ölmassage mit Schwerpunkt Reinigung ❧❧

Diese Ganzkörpermassage ist bei regelmäßiger Anwendung sehr geeignet zur Stärkung der Gesundheit und des Immunsystems, zur Mobilisation des Bewegungsapparates und für ein allgemein gesteigertes Wohlbefinden.

Die Behandlungsabläufe sind dynamisch. Der Klient wird im Sitzen, in Rücken- und in Seitenlage behandelt. Geschwindigkeit und Druck führen zur intensiven Unterstützung des Stoffwechsels und aller Organfunktionen, zur Erhaltung geschmeidiger und kräftiger Gewebe und Steigerung der Leistungskraft.

Inhalt:

- * Grundlagen der Ayurveda-Massage – Gunas, Doshas, Konstitutionen
- * Die feinstoffliche Anatomie – Marmas, Nadis und Chakren
- * Kleine Ölkunde, medizinierte Öle
- * Erlernen der Abhyanga-Massagetechniken und -Behandlungsabläufe
- * Behandlungskonzepte und durchschnittliche Behandlungszeiten
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen
- * Umgang mit möglichen Reaktionen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Ayurveda

❧ Udvartana – Pulvermassage ❧

Udvartana ist eine stoffwechsellanregende Abhyanga, die mit Öl und Paste, Öl und Pulver oder trocken ausgeführt wird.

Ist eine leicht nährenden Wirkung gewünscht, wird der ganze Körper zuerst mit einem anregenden Öl massiert. Die Einölung erfolgt zügig. Anschließend wird der Klient mit gewärmtem Pulver oder gewärmter-Paste kräftig und dynamisch in Herzrichtung eingerieben und massiert.

Diese Massage macht die Haut samtig weich und glatt, regt die Organfunktionen an und unterstützt so die innere und äußere Reinigung. Die Behandlung ist daher sehr geeignet zur Unterstützung einer Fasten- und Entschlackungs-Kur. Udvartana schenkt ein Gefühl von Leichtigkeit und Gelassenheit.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen des Ayurveda
- * Rezepturen, ausgewählte Öle und Kräuterpulver
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Ayurveda

❧ Samvahana – Schönheitsmassage für Frauen ❧

Samvahana ist eine sanfte, ausgleichende Massage mit langen, fließenden Streichbewegungen, die einen gezielten Ausgleich der Energien auf den verschiedenen Körperseiten und die Harmonisierung der beiden Gehirnhälften bewirkt.

Vorbereitend auf die Behandlung kommen Bürsten, feine Federpinsel und Seidentücher zur Anwendung. Es folgt „Snehana“, das Einhüllen in wertvolle, wohlriechende Öle und das sanfte Einmassieren. Ein leichtes Peeling und eine vitalisierende Waschung schließen die Behandlung ab. Ein herrlich rundes Verwöhnpaket für Frauen.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen des Ayurveda
- * Rezepturen, ausgewählte Öle, ayurvedische Wellness- und Schönheitstipps
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Ayurveda

❧ Mukabhyanga (Kopfmassage) ❧

Mukabhyanga ist eine sehr ausführliche, sinnliche und wohltuende Behandlung des Kopfes, Gesichts-, Schulter und Nackenbereiches.

Das Gesicht wird sanft in den Duft erlesener Gesichtsöle gehüllt und massiert. Wichtige Vitalpunkte im Bereich des Kopfes und der Ohren werden stimuliert.

Diese sanfte Gesichtsmassage belebt das Gemüt und erfrischt die Haut. Sie dient der Hautpflege, der Schönheit und der Verjüngung. Vor allem aber dient Mukabhyanga einer tiefen Entspannung und versetzt in einen Zustand, in dem Regeneration und die Stärkung der Selbstheilungskräfte möglich wird.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen des Ayurveda
- * Konstitutionen, Marmas, Auswahl der Öle
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Ayurveda

❧ Padabhyanga (Fußmassage) ❧

Padabhyanga, die ayurvedische Fußmassage, ist eine äußerst effektive Behandlungsform. Mit warmem Sesamöl oder Ghee und speziellen Massagegriffen werden die Füße, Waden und Knie massiert und Marmavitalpunkte umkreist und ausgestrichen.

Die Behandlung wirkt sehr beruhigend und ausgleichend auf das Nervensystem, lindert Kopfschmerzen, Unruhe sowie Schlafstörungen und stärkt die Sehkraft. Sie vertreibt Müdigkeit und Schweregefühl in den Beinen und verleiht den Füßen Stabilität und Geschmeidigkeit.

Padabhyanga mindert Stress und Stresssymptome, unterstützt Regeneration und erdet.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen des Ayurveda
- * Konstitutionen, Marmas, Auswahl der Öle
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Ayurveda

❧ Pristabhyanga & Upanahasveda (Rückenmassage mit lokaler Wärmepackung) ❧

Pristabhyanga mit ausgewählten ayurvedischen Kräuterölen ist eine sehr intensive ganzheitliche Anwendung des Rückens und der Marma-Vitalpunkte. Die Behandlungsform ist ruhig und kräftig. Sie befreit den Rücken von Verspannungen und stressbedingten Blockaden. Gestaute Energie wird aus den Geweben gelöst und eine angenehme Leichtigkeit stellt sich ein.

Bei Upanahasveda sorgen gewärmte Pasten mit Heilwirkung für eine lokal verstärkte Durchblutung und Erwärmung der Gewebe. Muskeln und Bandscheiben werden besser genährt und gereinigt und können so regenerieren.

Upanahasveda ist eine wirkungsvolle Ergänzung zur Rückenmassage und auch therapeutisch einsetzbar.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen des Ayurveda
- * Rezepturen, ausgewählte medizinisierte Öle
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Anwendung der lokalen Kräuterpackung (Upanahasveda)
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



☞ Massage ☞ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ☞



☞ *Hawaiianische Massage*

Die Hawaiianische Massage drückt die Haltung des freudigen Teilens aus und ist inspiriert von einer Initiation im alten Hawaii.

Speziell für diese Handlung ausgebildet, wurde die Massage von den Schamanen Hawaiis vollzogen, um Spannung durch körperliche, mentale und seelische Blockierungen zu lösen und gute Voraussetzungen für einen neuen Lebensabschnitt zu schaffen.

Ihre außerordentliche Sensibilität, ihre starke Verbundenheit mit der Natur und den Elementen sowie ihr tiefes Verständnis für die Gesetzmäßigkeiten des Universums befähigte sie zu erstaunlichen Heilungen.

Die Initianden durchlebten ein Massageritual von mehreren Tagen. Trommeln und Gesänge begleiteten und unterstützten das Ritual.



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Hawaiianische Massage

❧ Lomi Lomi Ganzkörpermassage ❧❧

Lomi bedeutet „massieren, reiben, drücken, kneten“. Inspiriert von der „Kahuna-Massage“ vereinigt die Hawaiianische Massage heute Elemente aus verschiedenen Massageformen – lange, fließende Massagestriche, Tiefengewebssmassage, intensive Stretchings, sanfte Gelenklockerung und Energiearbeit.

Hierbei sind der Atem und dynamische, verbindende Massagebewegungen die energetischen Träger und bringen die Lebensenergie in Balance.

Die Besonderheit dieser Körperarbeit liegt in ihrer Leichtigkeit, die zugleich eine enorme innere Tiefe ermöglicht. Sie berührt unser Herz, belebt, kräftigt, erweckt zu neuem Leben und ist ein Fest für die Sinne.

Inhalt:

- * Einblick in die Geschichte der alten Hawaiianischen Kultur
- * Grundprinzipien der Hawaiianischen Massage
- * Rezepturen, ausgewählte Öle
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧



❧ *Mediterrane Salz-Öl-Massage*

❧ Ganzkörpermassage ❧

Die Salz-Öl-Massage verwöhnt die Haut mit warmem Öl und einem speziellen Kräutergemisch in natürlichem Meersalz. Sie reinigt und entgiftet, regt sanft die Durchblutung an und wirkt ausgleichend auf pH-Wert, Fett- und Wasserhaushalt. Die Förderung des Hautstoffwechsels bewirkt eine Regeneration der Gewebe und lässt die Haut zart und samtweich werden. Die Haut entschlackt und speichert wieder Feuchtigkeit.

Die Anwendung ist weiterhin geeignet bei Zirkulationsstörungen in den Geweben, Cellulitis und unreiner Haut, bei Psoriasis oder zur Revitalisierung der reiferen Haut. Im Rahmen einer Entschlackungs- und Fasten-Kur intensiviert sie als Einzelanwendung sowie in Kombination mit Kräuterstempeln, heißen Steinen oder der Honigmassage die effektive Reinigung.

Inhalt:

- * Theoretische Grundlagen und Beautykonzept
- * Rezepturen, ausgewählte Öle, Salze und Kräuter
- * Erlernen der Massagetechniken
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧



❧ Russisch-Tibetische Honigmassage ❧

❧ Honig-Rückenmassage ❧

Die Honigmassage gehört zum Erbe der traditionellen russisch-tibetischen Naturheilkunde. Die Behandlungsform ist dynamisch und kräftig und dient der Reinigung, Entgiftung, dem Energieausgleich und der Stärkung des Immunsystems.

Durch die angewandte Technik in der Honigmassage wird ein Sogeffekt erzielt. Dieser sorgt für eine kräftige Durchblutung, unterstützt die Organfunktionen und begünstigt die Regeneration der Gewebe. Die Behandlung ist daher sehr geeignet zur Unterstützung einer Fasten- und Entschlackungs-Kur und lässt sich gut kombinieren mit basischen Wickeln und Bädern bei einer Übersäuerung des Organismus. Die Honigmassage ist effektiv und leicht zu erlernen, denn sie erfordert keine großen Vorkenntnisse.

Inhalt:

- * Die theoretischen Grundlagen der traditionellen russisch-tibetischen Honigmassage
- * Entgiften, Entsäuern, Entschlacken
- * Erlernen der Massagetechniken
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



☞ Massage ☞ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ☞



☞ *Shiatsu*

Shiatsu (wörtlich: „Fingerdruck“) ist eine anerkannte Methode der ganzheitlich orientierten fernöstlichen Medizin zur Erhaltung der Gesundheit und zur Stärkung der Lebenskraft.

Es hat sich in Japan aus den Massageformen der traditionellen chinesischen Heilkunde entwickelt und verbindet jahrtausendealte Techniken der Akupressur mit modernen, auch westlichen Massagetechniken.

Unter dem Einfluss des Zen-Buddhismus ist Shiatsu zu einer besonderen Art der Behandlung geworden, in der meditative Bewegung und Kommunikation sich miteinander verbinden.

Shiatsu dient der Prävention und der Therapie.

Traditionell wird diese Massage am Boden auf einer Matte, in bequemer Kleidung ausgeübt. Sie kann aber in angepasster Form auch auf einem Massagestuhl oder an einer Massagebank ausgeführt werden.



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Shiatsu

❧ Shiatsu-Ganzkörpermassage ❧❧

Die japanische Druckmassage behandelt auf Grundlage des chinesischen Meridiansystems über Energiebahnen und Energiepunkte wirkungsvoll den ganzen Körper und nimmt so gezielt Einfluss auf das Energiesystem, welches Grundlage unserer körperlichen, geistigen und seelischen Gesundheit ist.

Mit senkrechtem Druck der Daumen, Hände, Füße und Knie, mit Dehnungen und Gelenkrotationen werden energetische Blockaden gelöst und der Fluss der Lebensenergie ins Gleichgewicht gebracht. Ein Gefühl der Beweglichkeit stellt sich ein.

Die Behandlung wird auf einer Matte am Boden in bequemer Kleidung ausgeführt.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen des Shiatsu
- * Grundprinzipien einer Shiatsu-Behandlung
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen
- * Meridiandehnübungen und Meditation



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Shiatsu

❧ Japanische Kopf- und Gesichtsmassage ❧

Die Shiatsu Kopf- und Gesichtsbearbeitung ist ein Highlight für Kosmetikstudios, Friseursalons, Spa-Bereiche und Heilpraxen, denn sie ist sowohl im Wellnessbereich wie auch in der Therapie effektiv einsetzbar.

Gerade die wohltuende Kombination verschiedener Techniken aus klassischer Massage, Manualtherapie und Akupressur ermöglicht eine erstaunlich tiefe mentale und muskuläre Entspannung. Die Schulter- und Nackenmuskulatur wird sanft gelockert und Energieblockaden werden über leichte Dehnungen gelöst. Die Gesichtszüge entspannen sich. Der gesamte Organismus erfährt Erholung und Regeneration.

Die Behandlung wird auf der Massagebank oder Kosmetikliege ausgeführt.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen des Shiatsu
- * Grundprinzipien einer Shiatsu-Behandlung
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe (Shiatsu des Kopf-, Schulter-, Nacken- und Gesichtsbereichs)
- * Wichtige Tsubos in der Therapie
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Shiatsu

❧ Shiatsu für den Rücken ❧

Sanfte und tief wirkende Druck- und Dehntechniken entlang der Meridiane zum Ausgleich von Yin (Leere) und Yang (Fülle), zur Lockerung und Entspannung von Muskeln und Sehnen, zur Verbesserung der Durchblutung und zur allgemeinen Beseitigung von Ermüdung lindern Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen. Achtsame Berührung ermöglicht tiefe mentale Entspannung.

Die Behandlung wird in bequemer Kleidung am Boden und in abgewandelter Form auf einem Hocker oder der Massagebank ausgeübt.

Alle Möglichkeiten werden vorgestellt und geübt.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen des Shiatsu
- * Grundprinzipien einer Shiatsu-Behandlung
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Shiatsu des Rückens bei unterschiedlichen Beschwerdebildern im Liegen und im Sitzen
- * Meridiane und Tsubos in der Therapie, Meridiandehnübungen
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ *Mobile Shiatsu-Stuhlmassage*

❧ Rückenmassage – Basiskurs ❧

Die Mobile Shiatsu-Stuhlmassage oder „on-site“-Massage hat sich in Firmen, auf Messen, Flughäfen und Tagungen in vielen Ländern der Welt etabliert. Auch in Ferienanlagen, auf dem Golfplatz oder der Tennisanlage ist sie ein willkommenes Angebot. Ein leicht transportabler Massagstuhl macht diese Massage an praktisch allen Orten und auf kleinstem Raum möglich.

Die Massagetechniken werden kombiniert. So finden sich Elemente aus Thai-Massage, Shiatsu und Akupressur in diesem Verfahren wieder. Gelenklockerung und Muskeldehnungen werden ruhig, meditativ oder dynamisch, anregend ausgeführt. Die Massage hat eine vorteilhafte Wirkung auf den Kreislauf und die Gelenkigkeit, löst Verspannungen, harmonisiert das vegetative Nervensystem, erhöht die Konzentration und mindert Stress.

Inhalt:

- * Theoretische Grundlagen / das Meridiansystem und Akupressur
- * Einstellung des Massagestuhls, ergonomisches Arbeiten
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧



❧ Traditionelle Thaimassage

Die Thaimassage ist Heilbehandlung für den Körper und alle seine Organe. Entstanden vor etwa 2.500 Jahren in Indien, ist sie auch als Yogamassage bekannt geworden. Das theoretische Fundament der Thaimassage bildet die Yoga-Philosophie.

Energielinien und die sich darauf befindenden wichtigen Energiepunkte werden mit kräftigem Druck und Dehnungen, die an Yoga erinnern, behandelt und massiert. Dabei verbindet die Thaimassage eine enorme Vielfalt an Berührungs- und Bewegungstechniken.

Traditionell wurde die Thaimassage nicht als Arbeit, sondern als spirituelle Praxis verstanden, eng verbunden mit der buddhistischen Lehre. Die besondere geistige Haltung eines guten Thaimasseurs ist daher geprägt von Mitgefühl und Achtsamkeit.



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ❧

❧ Traditionelle Thaimassage

❧ Thai-Ganzkörpermassage ❧❧

Diese eher kräftige Massageform ist besonders angenehm für Menschen, die sich steif und unbeweglich fühlen. Durch ausgiebiges, wiederholtes passives Dehnen und Strecken verkürzter Muskelpartien und tiefen, kräftigen Druck entlang der Energiebahnen (Sen) werden Blockaden gelöst und gestaute Energie wird wieder ins Fließen gebracht. Ein harmonisches Gleichgewicht zwischen Anspannung und Entspannung entsteht und vermittelt ein Gefühl von mehr Leichtigkeit und Beweglichkeit.

Die Behandlung wird auf einer Matte am Boden in bequemer Kleidung ausgeführt.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen der Traditionellen Thaimassage (TTM)
- * Grundprinzipien der TTM Ablauf und Regeln
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Erlernen einer Ganzkörpermassage in Rücken- und Bauchlage
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen
- * Bewegungsübungen und Meditation



❧ Traditionelle Thaimassage

❧ Thaimassage der Beine und Füße ❧

„Der Fuß ist die Wurzel der Energie“ (aus dem Sutra des Tai Chi Chuan).

Eine ausführliche Massage der Beine und Füße ist im nördlichen Stil der Thaimassage üblich und hervorragend zur Entlastung überanstrengter Beinmuskulatur geeignet.

Durch ungewohnte Belastung werden Muskeln, Sehnen und Bänder leicht hart und somit für Verletzungen anfällig. Die Thaimassage beugt hier vor, lindert Festigkeit, Müdigkeit und Schweregefühl in den Beinen und wirkt sich positiv auf den gesamten Energieausgleich aus.

Ein tolles Angebot für Golfer, Wintersportler, Wanderer und Radsportler.

Inhalt:

- * Einblick in die theoretischen Grundlagen der Traditionellen Thaimassage (TTM)
- * Grundprinzipien der TTM, Ablauf und Regeln
- * Erlernen der Massagetechniken und Behandlungsabläufe
- * Wirkung der Anwendung, Indikationen, Kontraindikationen
- * Bewegungsübungen und Meditation



☞ Massage ☞ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ☞

☞ Übersicht aller Kurs-Angebote ☞

☞ *Theorie-Einführungstag* *1 Tag*
 Zum tieferen Verständnis ganzheitlicher Behandlungsformen biete ich zu Ayurveda, Shiatsu und Thaimassage sowie in allen Ausbildungsblöcken Theorie-Einführungstage an.

☞ *Basiskurs* *1 – 2 Tage*
 Der Unterricht ist praxisorientiert und bietet einen knappen, kursspezifischen Einblick in theoretische Grundlagen.
 Bei Buchung mehrerer Basiskurse aus einem Themenbereich wird der theoretische Teil angeglichen, um Wiederholungen zu vermeiden.

☞ *Wiederholungs- und Vertiefungstag* *1 Tag*
 Zur Auffrischung Ihrer Kenntnisse bietet ein Wiederholungstag einen entspannten Rahmen zum gemeinsamen Wiederholen, Üben und für kleine Ergänzungen.

☞ *Aufbaukurs* *1 – 2 Tage*
 Um Ihr Behandlungsrepertoire zu erweitern oder sich auf einem Gebiet zu spezialisieren, können Sie zu allen Basiskursen auch Aufbaukurse buchen, die ich exakt auf Ihre Wünsche und Anliegen abstimme.

☞ *Aufbaukurse für Therapeuten*
 Bitte fordern Sie hierzu bei Interesse mein Angebot an.

☞ *Ausbildung zum Wellnessmasseur* *5 – 8 Tage*
 Stellen Sie die Inhalte Ihrer gewünschten Ausbildung aus der „Inhaltsübersicht Kursangebot“ auf Seite 4 individuell zusammen, abgestimmt auf Ihren Kundenkreis und Ihr bisheriges Wellnessangebot (mindestens 5 Tage).
 Vorschläge, wie Sie Basiskurse sinnvoll kombinieren können, um Themenschwerpunkte zu setzen, entnehmen Sie bitte der Folgeseite 32.

Ein Kurstag umfasst max. 7,5 Stunden Unterricht und insgesamt ca. 1,5 Stunden Pause (nach Absprache).

Ihre Schulungskosten reduzieren sich ab drei Kurstagen in einem Jahr um 10 Prozent!
 Um Kurse zu buchen, setzen Sie sich bitte persönlich mit mir in Verbindung (www.barbarakönig.de).
 Ein Anmeldeformular wird Ihnen nach Absprache zugesandt.



☞ Massage ☞ Inhouse-Kompakttrainings für Wellnessanbieter ☞

☞ Übersicht – Ausbildung zum Wellnessmasseur ☞

Mögliche Themenschwerpunkte:

- | | |
|---|---|
| <p>☞ <i>Ayurveda</i> <i>7 Tage</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Abhyanga, Mukabhyanga, Padabhyanga ☞ Pristabhyanga & Upanahasveda ☞ Udvartana | <p>☞ <i>Shiatsu</i> <i>5 Tage</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Shiatsu Ganzkörpermassage ☞ Japanische Kopf- und Gesichtsmassage ☞ Shiatsu für den Rücken oder ☞ Mobile Shiatsu-Stuhlmassage |
| <p>☞ <i>Beauty</i> <i>5 Tage</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Mediterrane Salz-Öl-Massage ☞ Russisch-Tibetische Honigmassage ☞ Samvahana (Schönheitsmassage für Frauen) ☞ Mukabhyanga | <p>☞ <i>Thaimassage</i> <i>8 Tage</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Thai-Ganzkörpermassage ☞ Thaimassage der Beine und Füße ☞ Thaimassage in verschiedenen Positionen ☞ Thaimassage als Therapie |
| <p>☞ <i>Reinigung und Entschlackung</i> <i>5 Tage</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Mediterrane Salz-Öl-Massage ☞ Russisch-Tibetische Honigmassage ☞ Udvartana (Pulvermassage) ☞ Abhyanga in 7 Positionen | <p>☞ <i>Wellness</i> <i>7 Tage</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ☞ Aroma-Ganzkörpermassage ☞ Aroma-Rücken-, Gesichts- und Fußmassage ☞ Hawaiianische Ganzkörpermassage ☞ Japanische Kopf- und Gesichtsmassage |

Ein Kurstag umfasst max. 7,5 Stunden Unterricht und insgesamt ca. 1,5 Stunden Pause (nach Absprache).

Ihre Schulungskosten reduzieren sich ab drei Kurstagen in einem Jahr um 10 Prozent!

Um Kurse zu buchen, setzen Sie sich bitte persönlich mit mir in Verbindung (www.barbarakönig.de).

Ein Anmeldeformular wird Ihnen nach Absprache zugesandt.



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings und Kurse ❧

❧ Allgemeine Teilnahmebedingungen ❧

1. Sollten Veranstaltungen durch Krankheit der Dozentin oder durch andere, nicht von der Veranstalterin zu vertretene Gründe kurzfristig abgesagt werden, entsteht dem Auftraggeber nur ein Anspruch auf Rückerstattung bereits gezahlter Beträge. Weitergehende Ansprüche sind auch dann ausgeschlossen, wenn dem Auftraggeber (bzw. den Teilnehmern) bereits weitere Kosten, zum Beispiel durch Absage von Patienten oder Ähnliches, entstanden sind.
2. Das in den Veranstaltungen ausgehändigte Material unterliegt dem Copyright der Dozentin Barbara König und darf nicht an Dritte weitergegeben oder vervielfältigt werden. Bild-, Video- und Tonaufzeichnungen sind nicht gestattet.
3. Jeder Kursteilnehmer trägt die volle Selbstverantwortung für sein Handeln.
4. Barbara König haftet nur im Falle des Vorsatzes oder im Falle grober Fahrlässigkeit. Im Übrigen sind Haftungsansprüche ausgeschlossen. Dies gilt insbesondere für Körperverletzung und Sachbeschädigung jeglicher Art.
5. Bei Anwendungsdemonstrationen und Übungen, die die Teilnehmer an sich und anderen vornehmen, handeln die Teilnehmer auf eigene Gefahr und eigenes Risiko. Schadenersatzansprüche gegen die Dozentin sind, sofern nicht grobe Fahrlässigkeit vorliegt, ausgeschlossen. Fügen Teilnehmer Dritten während der Übungen und Demonstrationen Schaden zu, bleibt die Dozentin von der Haftung unberührt.
6. Etwaige Krankheiten müssen der Dozentin vor Kursbeginn mitgeteilt werden. Sie können im schwerwiegenden Fall die Teilnahme unmöglich machen. Dadurch entstehen keine Rückzahlungsverpflichtungen gegenüber dem Teilnehmer oder Auftraggeber.
7. Bei kurzfristiger Absage der Veranstaltung durch den Auftraggeber erfolgt eine anteilige Rückerstattung der erfolgten Anzahlung:
 - ab 8 Wochen vor Kursbeginn in Höhe von 75%
 - ab 10 Tage vor Kursbeginn in Höhe von 50%



❧ Massage ❧ Inhouse-Kompakttrainings und Kurse ❧

❧ Allgemeine Teilnahmebedingungen ❧

8. Die Anmeldung hat schriftlich zu erfolgen und gilt als bestätigt, wenn
 - a) eine schriftliche Anmeldung vorliegt
 - b) die speziellen Teilnahmebedingungen für die Veranstaltung erfüllt sind
 - c) dem Bewerber eine schriftliche Anmeldebestätigung der Dozentin vorliegt
 - d) die Anzahlung in Höhe von 50% der jeweiligen Tagespauschale eingegangen ist
9. Auf die vertraglichen Beziehungen zwischen dem Anbieter und dem Kunden findet das Recht der Bundesrepublik Deutschland Anwendung.
Gerichtsstand für alle Streitigkeiten aus dem Vertragsverhältnis zwischen dem Kunden und dem Anbieter ist der Sitz des Anbieters.
10. Sollten einzelne Bestimmungen dieses Vertrages unwirksam oder undurchführbar sein bzw. nach Vertragsschluss unwirksam oder undurchführbar werden, so wird dadurch die Wirksamkeit des Vertrags im Übrigen nicht berührt. Anstelle der unwirksamen oder undurchführbaren Bestimmung soll diejenige wirksame und durchführbare Regelung treten, deren Wirkungen der wirtschaftlichen Zielsetzung möglichst nahe kommt, die die Vertragsparteien mit der unwirksamen beziehungsweise undurchführbaren Bestimmung verfolgt haben. Die vorstehenden Bestimmungen gelten also entsprechend für den Fall, dass sich der Vertrag als lückenhaft erweist.

Barbara König
48369 Saerbeck
Gerhard-Hauptmann-Straße 5
E-Mail: koenig@inhouse-kurse.de
Telefon: 0151.177 625 18
USt-IdNr.: DE 327-5114-1143