

**TU DEINEM KÖRPER DES ÖFTEREN ETWAS GUTES,
DAMIT DIE SEELE LUST HAT, DARIN ZU WOHNEN.**

(Teresa von Ávila)

Fotos: © wolf.wieser@freenet.de

Konzeption und Layout: © kreativwerkstatt-dreschl.de

ENTDECKE DEINEN KÖRPER NEU

**UND FREUE DICH AUF EIN
FASZINIERENDES, INTENSIVES KÖRPERERLEBNIS**

REBALANCING

... ist eine körperorientierte Therapieform, die Bindegewebsmassage, Körperlesen, Gelenklockerung und achtsame Berührungen miteinander verbindet. Diese Faszienmassage kann schmerzhafte Verspannungen lösen, Beweglichkeit fördern und dabei die eigene Körperwahrnehmung schulen. Das dadurch erweiterte Körperbewusstsein kann sich auf deine äußere und innere Haltung auswirken. Oder tut einfach nur gut zur reinen Entspannung.

TRIGGERPUNKTE

Dauerhafte Überlastung kann ein Zusammenziehen der Muskulatur verursachen. Es bilden sich kleine Knötchen in der Muskulatur, sogenannte Triggerpunkte.

Durch gezielte Druckanwendung können sich deine Missempfindungen lösen.

MEIN ANGEBOT FÜR DICH

FUSSREFLEXZONEN

Der Fuß als Spiegel des Menschen. Eine wohltuende, dich erdende Reflexzonenmassage erreicht den ganzen Organismus.

DORN UND GELENKE AUSRICHTEN NACH M.H.

Mögliche Blockaden werden von meinen erfahrenen Händen ertastet. Ich setze Impulse auf Sehnen, Muskeln u.s.w., damit sich die Wirbelsäule neu ausrichten kann.

**RUFE MICH AN UND VEREINBARE
EINEN TERMIN MIT MIR.**

Meine Angebote ersetzen nicht die ärztliche Diagnose oder eine medizinische Behandlung

UNTER DIE HAUT GEHEN

Seit über 20 Jahren beschäftige ich mich mit Themen rund um den menschlichen Körper (insbesondere Bewegung, Massage, Ernährung). Als **ausgebildete Pilates Lehrerin** darf ich seither zahlreiche Menschen begleiten. Neben meiner Ausbildung zur **Rebalancing Massagetherapeutin** erweiterte ich mein Spektrum mit **NSI (Körper- und Traumaarbeit)**.

Wir bewegen uns nicht nur so wie wir uns fühlen, sondern fühlen uns so wie wir uns bewegen.

Mein Ansatz: Über Berührung, das bewusste Wahrnehmen deiner Bewegungsabläufe und deiner Körperhaltung, kommst du wieder in Kontakt mit dir selbst. Du erlebst wie Gedanken Gefühle steuern können und wie diese Empfindungen wiederum Muskeln und das Nervensystem beeinflussen bzw. wie du umgekehrt über deinen Körper Einfluss auf deine Gefühle nehmen kannst. Durch Massagen und/oder andere körperorientierte Therapieformen unterstütze ich dich dabei, dich in deinem Körper zu Hause zu fühlen und wieder in dein inneres Gleichgewicht zu kommen.

ULLA HIEBER
MOBIL 01 72 - 4 81 88 26
86420 DIEDORF