

# Shiatsu

Berührung, die bewegt...

## Mein besonderer Service

Ich komme mit meinem Futon (140 x 200 cm) zu Ihnen nach Hause oder an Ihren Arbeitsplatz, damit Sie in vertrauter Atmosphäre Shiatsu entspannt genießen können. So sparen Sie sich Weg und Zeit. Ob Sonne, Regen oder Schnee, nach der Behandlung müssen Sie nicht mehr vor die Tür. In Ihren Räumen kann sich die wohltuende Wirkung von Shiatsu unmittelbar weiter entfalten. Zu Hause können Sie solange nachruhen, wie Sie möchten. Das Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist kann sich somit am effektivsten wieder herstellen. An Ihrem Arbeitsplatz gehen Sie entspannt, mit freiem Kopf und voller Energie wieder ans Werk.

Shiatsu ist ein wunderbarer Weg, sich in der Geborgenheit und Ruhe der Behandlung selbst zu spüren und zu sich zu kommen. Ich komme zu Ihnen, Sie kommen zu sich. Bei mir sind Sie in guten Händen.



Ich freue mich auf unsere Begegnung:

## Mobiles Shiatsu

**Annette Bungers**

Zehntstr. 50  
68526 Ladenburg

Tel.: 06203-924500  
Fax: 06203-4956447  
Mobil: 01522-7143133  
email@annette-bungers.de  
www.annette-bungers.de



**Annette Bungers**



# Berühren Bewegen Begleiten



## Berührung, die bewegt...

Shiatsu ist in Japan aus der traditionellen chinesischen Massage und westlichen physiotherapeutischen Methoden hervorgegangen. Die wörtliche Bedeutung von Shiatsu lautet Fingerdruck. Der Geist des Shiatsu ist Kommunikation durch Berührung.

Mit Techniken wie Dehnen, Halten und Druck auf bestimmte Körperbereiche sollen der Energiefluß, die Blutzirkulation sowie die Beweglichkeit verbessert werden. Hierbei werden Hände, Daumen, Finger, Unterarme, Knie und Füße benutzt. Dabei konzentriert man sich auf Energiebahnen, die Meridiane, in denen jene feinstoffliche Körperenergie fließt, die Ki genannt wird. Ki ist die Lebenskraft, die jegliche Aktivität des Körpers, des Geistes und der Seele aufrecht erhält.

Die Behandlung richtet sich nach den individuellen Bedürfnissen der Klienten. Sie tonisiert und korrigiert den Ki-Fluß und trägt dazu bei, die Vitalität zu stärken und Krankheiten vorzubeugen. Shiatsu-Berührungen wirken in der Tiefe: Das Herz wird leichter und der Kopf freier.

## Gesundheit fördern

Shiatsu fördert unser Wohlbefinden, Leistungsvermögen und Lebensfreude. Ebenso unterstützt es Menschen in Veränderungsprozessen und initiiert Wachstum. Shiatsu ist ein Weg zu einer gelassenen, aktiven Lebensgestaltung.

### Shiatsu...

- ▶ eignet sich für Menschen jeden Alters
- ▶ dient der Entspannung und wirkt gegen Alltagsstress
- ▶ fördert das Wohlbefinden
- ▶ unterstützt die Gesunderhaltung an Ihrem Arbeitsplatz
- ▶ regt die Selbstheilungskräfte an
- ▶ fördert unsere Selbstwahrnehmung
- ▶ unterstützt Veränderungsprozesse
- ▶ wirkt ausgleichend in Krisen
- ▶ kann bei vielen Beschwerden und Symptomen eine Hilfe sein, wie z.B. Verspannungen, Rückenbeschwerden, Arthrose, Migräne, Rheuma, Multiple Sklerose, Depression, Wechseljahrsbeschwerden, Verdauungsprobleme, Asthma, Immunschwäche, Herzrhythmusstörungen etc.

## Zu meiner Person

- ▶ geboren 1965
- ▶ seit 1989 staatlich anerkannte Physiotherapeutin, ausgebildet am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf: UKE
- ▶ Shiatsu seit 1992, diplomiert am Europäischen Shiatsu Institut: ESI Heidelberg
- ▶ seit vielen Jahren Übersetzungen für die führenden Shiatsu-Lehrer wie Clifford Andrews, Carola Beresford-Cooke, Bill Palmer sowie Dianne Connelly etc.
- ▶ 20 Jahre Meditationserfahrung

Für mich ist das Faszinierende am Shiatsu, dass jede Behandlung individuell und einzigartig ist. Im Hier und Jetzt entsteht zwischen Behandlerin und Klient ein einfühlsamer Dialog. Die Berührung bewegt Körper, Geist und Seele. Ich sehe mich als sensible Begleiterin im Prozess ihrer Gesundung. Vitalität, Lebensenergie und Selbstheilungskräfte sollen gestärkt werden.