



Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen

Dagmar Fleck, Liane Jochum

Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen Dagmar Fleck, Liane Jochum

Das Buch **Hot Stone Massage von Dagmar Fleck** vermittelt die Grundlagen der Hot Stone Massage (Ursprung, Wirkung, Anwendungsbereiche, **Praxis-Anleitung**). **Darüber hinaus erhält der Leser viele nützliche und interessante Informationen und Tipps zu den Arbeitsmaterialien** wie Hot Stones, Massageöle und Wärmegerät. Im Hauptteil wird sehr ausführlich beschrieben, wie eine Hot Stone Massage vorbereitet und durchgeführt wird. Ein Muss für alle, die das Hot-Stone-Fieber gepackt hat.

- + Für Einsteiger und Profis sehr hilfreich
- + Checklisten für den Einsatz in der Praxis
- + Einfach verständlich mit vielen Detailinformationen
- + Ausführliche Anleitung (Fotos und Beschreibung) zur Vorbereitung und Durchführung einer Hot Stone Massage

Produktdetails

- + Broschiert: 124 Seiten
- + Verlag: Neue Erde GmbH; 2. Auflage (September 2006)
- + Sprache: Deutsch
- + ISBN-10: 3890602444
- + ISBN-13: 978-3890602448
- +Größe: 20,6 x 14,4 x 1,2 cm

Wir empfehlen, das Buch mit unserer DVD-Anleitungen Hot Stone Massage und Reflexzonenmassage mit Hot Stones zu ergänzen!

 [Download Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen ...pdf](#)

 [Online lesen Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen Dagmar Fleck, Liane Jochum

128 Seiten

Kurzbeschreibung

Zwei Massageformen mit heißen Steinen sind derzeit weit verbreitet: Die 'LaStone Massage' und die 'Hot Stone Massage'. Die Wurzeln beider Massagen reichen weit über zweitausend Jahre zurück. Bekannt waren sie sowohl in der chinesischen Medizin als auch bei hawaiianischen und indianischen Schamanen. In Asien belegen Aufzeichnungen, daß eine Therapie mit heißen Steinen schon vor Christi Geburt angewendet wurde. Man schrieb den Steinen eine geheime, besondere und unsichtbare Heilkraft zu. Neben den unsichtbaren Heilkräften wurden auch die physikalischen Eigenschaften der Steine, wie beispielsweise die Wärme oder Kältespeicherung, zur Linderung von vielerlei Beschwerden eingesetzt.

Die Kombination aus der Urkraft der Steine, der Wärmebehandlung und der Massage beruhigt, entspannt und steigert die Stoffwechselprozesse im Gewebe. Der Lymphfluß und das Immunsystem werden stimuliert, der Abtransport von Stoffwechselprodukten gefördert. Auch Muskelverspannungen werden gelöst und Schmerzen dadurch gelindert. Beachtliche Wirkungen haben sich bei Menschen eingestellt, die unter chronisch kalten Händen und Füßen leiden. Auf der seelischen, mentalen und geistigen Ebene fördern die Hot Stone Massagen durch das Aufheben energetischer Blockaden tiefes Loslassen und Entspannen.

In der Hot Stone Massage werden bewußt vorwiegend sanfte, verträgliche Reize eingesetzt. Daher kommen in der Regel auch keine kalten Steine zum Einsatz, da sehr starke Gegensätze vermieden werden. Die Hot Stone Massage ist heute in den Bereichen Kosmetik, Wellness und Massage ein Trend geworden. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Liane Jochum (*1959) ist Leiterin der ACADEMIA balance, einer Fachschule für Naturkosmetik, Ayurveda und Wellness in Buseck bei Gießen. Bis Mitte der neunziger Jahre arbeitete sie als Fachjournalistin für Naturheilkunde und Medizin.

Nach einer konventionellen Kosmetikausbildung folgten Ausbildungen in den Bereichen Naturkosmetik, Kräuterkunde, Visagistik, eine Ausbildung zur naturkosmetischen Wellness- und Spa-Therapeutin, sowie zur Kosmetik- und Wellness-Therapeutin in Ayurveda. Ausserdem absolvierte die Autorin verschiedene Massageausbildungen, wie die Klangschalen-Massage, die Hot Stone Massage und die asiatische Kräuterstempel-Massage.

Ihr Fachwissen gibt sie heute in Ausbildungen und Seminaren weiter. Liane Lochum hält Fachvorträge auf internationalen Messen und ist als Autorin für verschiedene Fachzeitschriften tätig.

Dagmar Fleck (*1967) war Schulleiterin beim Aufbau einer Heilpraktiker-Schule und absolvierte Ausbildungen in Homöopathie, Steinheilkunde, Transpersonaler Psychologie, Fußreflexzonenmassage, Individueller Therapie sowie zur Kommunikationstrainerin. Heute arbeitet sie als Edelsteinberaterin, Leiterin der Cairn Elen Lebensschule Schwäbische Alb und als Inhaberin des Mineraliengroßhandels „Laurins Garten“. Neben den Steinheilkunde-Ausbildungen, die inzwischen in zwei Fortbildungsschritten angeboten werden, haben es sich die Cairn Elen Lebensschulen zur Aufgabe gemacht, altes überliefertes Wissen im Bereich der Naturheilkunde mit neuen modernen Erkenntnissen zu verbinden.

Download and Read Online Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen Dagmar Fleck, Liane Jochum

#8UH5G9E7O4P

Lesen Sie Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen von Dagmar Fleck, Liane Jochum für online ebook Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen von Dagmar Fleck, Liane Jochum Kostenlose PDF download, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen von Dagmar Fleck, Liane Jochum Bücher online zu lesen. Online Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen von Dagmar Fleck, Liane Jochum ebook PDF herunterladen Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen von Dagmar Fleck, Liane Jochum Doc Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen von Dagmar Fleck, Liane Jochum Mobipocket Hot Stones: Massagen mit heißen Steinen von Dagmar Fleck, Liane Jochum EPub