

8099 Kräuterstempelmassage

Die Kräuterstempelmassage ist eine Wärmeanwendung zur Entspannung, Lockerung der Muskeln sowie Anregung der Durchblutung mit selbstgemachten Stempeln aus heimischen Kräutern. Sie kann auch mit anderen Massagetechniken kombiniert werden.

Die Kräuterstempel sind aus verschiedenen Kräutern zusammengebunden und werden im Dampf (nicht im Öl) erhitzt. Dazu wird im Kurs ein Dampfgerät verwendet. Durch die Wärme werden die Hautporen geöffnet. So können die Kräuter aufgenommen werden und zu den Körperstellen gelangen, die sie benötigen.

Im Kurs können Sie den gesamten Ablauf einer Kräuterstempelmassage, bei der ein bis zwei Kräuterstempel angewendet werden, lernen oder einfach die Anwendung des Kräuterstempels in Ihre bestehende Arbeit einfließen lassen.

Die Trainingsziele:

- Erstellen der Kräuterstempel – Binden des Stempels
- Theorie
- Anwendung - Ganzkörper

Die Zielgruppe:

- Masseurinnen und Masseure
- Kosmetiker:innen
- Ayurveda-Praktiker:innen

Mitzubringen:

- zwei Laken ca. 150x250cm für die Liege und zum Zudecken
- ein Handtuch und ein Gästehandtuch oder Waschlappen
- bequeme Arbeitskleidung (die auch ölig werden darf)
- ein Behälter ca. 17x17x11cm groß mit Deckel (zum Einwässern der Stempel und für den Transport)



Abbildung 1: Jonas Glaubitz - stock.adobe.com