



Karin Zepic, Dipl. Masseurin (ärztl. geprüft)
Klassische Massage
Fussreflexzonenmassage
Manuelle Lymphdrainage

BEHANDLUNG NACH DR. MILTON TRAGER®

Trager® ist eine Wahrnehmungs- und Bewegungsschulung zur psychophysischen Integration, entwickelt vom amerikanischen Arzt Dr. Milton Trager.

Trager® wird zur Unterstützung körperlich-seelischer Entwicklungsprozesse eingesetzt, fördert den freien Bewegungsfluss und den Selbstaussdruck der individuellen Persönlichkeit.

Durch sanftes Anheben und leichtes Schwingen, durch feinen Druck und entspanntes Ziehen, durch gezieltes Klopfen und „Schimmern“, durch rhythmisches Bewegen Ihres Körpers entsteht ein ganzheitliches Gefühl von

- Lebendigkeit
- Leichtigkeit
- Bewusstheit
- Freiheit in Körper und Geist
- Präsenz
- Verbundenheit
- Körpergewicht fühlen
- Wellenbewegung
- Entspannung
- Pause



„tanzende Wolke“

Vor und nach der Behandlung findet die Bewegungsmeditation ihre Erweiterung und Vertiefung in leichten spielerischen Übungen, die Mentastics (mental gymnastics) genannt werden. Diese, Ihre persönlichen Mentastics, sollen den Alltag begleiten.

DIE LEICHTIGKEIT DES SEINS