



Kurs i Stillhetsmassage®

Lär er Stillhetsmassage® som är en ny och mycket behaglig massagebehandling som är lätt att lära sig och härlig att utföra.

Stillhetsmassage® skänker avspänning, lindrar smärta och ger bättre sömn. Den ger påfyllning av energi och glädje som klienten bär med sig en längre tid efter avslutad behandling.

Behandlingen är välgörande både för klient och terapeut och är förankrad i kunskap från Biodynamisk KranioSakral Terapi, Traditionell Kinesisk Medicin och klinisk erfarenhet.

Stillhetsmassage® utförs med lyssnande händer till stilla musik, i ett lugnt tempo och med ekologisk massageolja.

Vid denna form av massage stimuleras frisättandet av Oxytocinhormonet.

Oxytocin frigörs vid varsam och lyssnande beröring och lindrar smärta, påverkar läkning positivt, sänker högt blodtryck samt minskar halten av stresshormoner i kroppen.

Det Parasympatiska nervsystemet stimuleras och det skapas ett inre lugn.

För att Parasympatiska delen av nervsystemet (lugn och ro) ska aktiveras krävs lätt och varsam beröring. För hårda tag och okänslighet aktiverar smärtreceptorer som stimulerar den Sympatiska delen (kamp och flykt) och det frigörs stresshormoner. Det vill säga; vi upplever stress och spänner vår kropp.

Meditation och övningar i närvaro och stillhet, ingår alltid som en naturlig del i våra utbildningar!

Kursen omfattar 2 delkurser under 2 dagar, lördag-söndag, med teoretisk och praktisk undervisning och vänder sig till alla som vill använda metoden privat och mer professionellt.

Inga förkunskaper krävs.

Stillhetsmassage® kan läsas separat eller som en del av utbildningen i **StillhetsTerapi®**.

Det är en helt ny och unik utbildning som pågår under 1 1/2 år som leder till en ny yrkestitel;

Stillhetsterapeut®, där fokus är på närvaro, stillhet och lyssnande händer.

Närvaro och stillhet är grundläggande för en sann läkning av ohälsa och sjukdom.

Behandlingarna inom StillhetsTerapi® är beprövade och mycket effektiva.

Lärare:

Akupunktör Lars Åström och Massör Annika Blomqvist. Referenser och utbildning se www.longtide.se

Kursinnehåll:

Stillhetsmassagemetoden
Introduktion i KranioSakral Terapi & Traditionell Kinesisk Medicin
Etik och klientbemötande
Hygien
Meditation

Kursen består av 2 delkurser där varje del är i 2 dagar á 15 tim. totalt 30 tim.

Diplom erhålles efter genomgången kurs samt godkänt teoretiskt och praktiskt kunskapsprov.

Kursmaterial:

Kompendium

Tid och Datum:

Lör. 9.00-17.00 Sön. 9.00-16.00

del 1.

del 2.

Kostnad för utbildningen är:

Delkurs 2 600 kr inkl moms x 2 totalt 5 200 kr inkl.moms.

Kostnad för kompendium tillkommer med 100kr inkl. moms

Anmälan och betalning:

Anmälan med mail till info@longtide.se senast och anm. avgift: 1 000 kr betalas senast på **BG 5001-6088**.

Glöm inte att skriva ditt namn på betalningen! Resterande belopp betalas vid kursstart.

Akupunktör Lars Åström

www.longtide.se info@longtide.se

070 664 91 60