



# TUINA MASSAGE

氣 Stefanie Dreher

## Hier bewegt sich etwas.

Die Tuina ist neben Akupunktur, Kräuterheilkunde, Qigong und Ernährungsmedizin ein Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), die sich vorrangig als Präventivmedizin versteht.

Seit Jahrtausenden werden in China mit diesen Gesundheitsverfahren Krankheiten behandelt, aber auch schon im Vorfeld verhindert, denn die Gesundheitsvorsorge hat in China einen hohen Stellenwert.

Millionen von Menschen in Fernost und zunehmend auch in der westlichen Welt nutzen die Wirkung dieser natürlichen und sanften Medizin vor allem bei chronischen, funktionellen und psychosomatisch bedingten Beschwerden. Denn der ganzheitliche Blick auf Körper, Geist und Seele öffnet neue Wege für Gesundheit und Wohlbefinden.

Tuina findet mittlerweile auch bei uns ihre Anwendung in der Therapie, Rehabilitation und Prävention.

## Über meine Tuina Ausbildung:

Im Jahre 2005 begann ich meine Ausbildung in Tuina, der Chinesischen Massage und Körperbehandlung im Ausbildungszentrum Mitte für Klassische Akupunktur und Traditionelle Chinesische Medizin e.V. bei Annette Jonas, Dozentin in Offenbach am Main.

Im gleichen Jahr absolvierte ich eine fortführende Ausbildung zur Tuina-Therapeutin am Shen-Men-Institut in Düsseldorf und erhielt das Abschluss-Diplom.

Von 2007 - 2010 war ich Teilnehmerin innerhalb der dreijährigen Akupunktur-Ausbildung, um meine Kenntnisse in Chinesischer Medizin weiterzuführen. Auch nehme ich regelmäßig an Weiterbildungskursen im ABZ-Mitte in Offenbach am Main teil.

Kontakt unter: Stefanie Dreher  
Rhönstraße 62  
60385 Frankfurt

0176 - 52 143 129  
[www.stefaniedreher.de](http://www.stefaniedreher.de)

## Lassen Sie sich bewegen und bleiben Sie gesund.

Das ist die goldene Regel der Traditionellen Chinesischen Medizin.

Ist die Lebensenergie „Qi“ eines Menschen in Bewegung, so ist er gesund.

Diese Energie im Fluss zu halten, aber auch wieder zum Fließen zu bringen, das kann Tuina.





# Tuina pflegt Körper, Geist und Seele.

## Tuina heißt

die manuelle Therapie der Chinesischen Medizin. Die in China sehr beliebte Heil- und Energiemassage vermag durch ihre Vielzahl von Handgriffen Blockaden zu lösen, die zu Erkrankungen und Beschwerden führen können. Akupressur von Akupunkturpunkten, auch sanftes Halten dieser Punkte bringen den natürlichen Fluss der Lebensenergie in Bewegung, so dass die hierdurch aktivierten Selbstheilungskräfte den Gesundheitszustand und das Wohlbefinden stärken.

## Tuina dient

der Gesundheitsvorsorge in umfassender Weise. Körper, Geist und Seele werden durch regelmäßige Tuina-Anwendungen gepflegt. So sorgen Sie dafür, dass Sie gesund bleiben.

## Tuina entspannt

den unter Druck stehenden, angespannten und nervösen Menschen.

## Was dürfen Sie erwarten?

Bei jedem Besuch werde ich mir in einem vorangestellten Gespräch ein Bild von Ihrem derzeitigen energetischen Zustand machen. Hierbei werden auch aktuelle Beschwerden besprochen. Daraus ergibt sich jeweils eine individuelle, ganz auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Behandlungseinheit.

Zu Beginn der Behandlung werden Sie mit einem frischen Laken bedeckt und die Massage wird durch das Tuch hindurch ausgeführt. Anschließend wird direkt auf der Haut mit hochwertigen Ölen gearbeitet, so dass Verspannungen in der Tiefe auf angenehme Art und Weise gelöst werden können.

Eine Grundbehandlung bezieht sich in der Regel auf Rücken, Arme, Beine, Vorderseite und Kopf. Die Behandlungsdauer im Bereich der Gesundheitspflege beträgt 90 bis 120 Minuten und kostet zwischen 60 und 90 Euro.

Tuina wirkt gesundheitspflegend als Wellness- und Entspannungsmassage

Tuina wirkt unterstützend und präventiv angewandt bei

- Erkrankungen des Bewegungsapparates
- Arthrose / Rheuma
- Bandscheibenvorfall
- Gelenkschmerzen
- Nacken- und Schulterschmerzen
- Muskelverspannungen
- Rückenbeschwerden (HWS, BWS, LWS)
- psychosomatische Erkrankungen
- Schlafstörungen
- Stress
- Menstruationsbeschwerden
- Spannungskopfschmerz und Migräne

Tuina-Anwendungen ersetzen keine Behandlung beim Arzt oder Heilpraktiker. Sie sind aber eine sinnvolle und hilfreiche Ergänzung!