

Wasser-Shiatsu: Andere Kunst der Berührung

Eine Möglichkeit, das Element Wasser mit Massage wohltuend zu verbinden, ist „Wasser-Shiatsu“. Das ist eine sehr wirksame Körperarbeit, die aus dem Zen-Shiatsu entwickelt wurde. In warmen Wasser (ca. 35° Celsius), unterstützt von Schwimmhilfen, werden Körper und Gelenke bewegt, massiert, mobilisiert und gedehnt. Blockaden auf psychischer und physischer Ebene können so gelöst werden. Die Atmung vertieft sich, tiefe Entspannung ist die Folge. „Wasser-Shiatsu ist für mich Ergänzung und Ausgleich zur herkömmlichen Massage. Auch auf mich selbst wirkt meine Arbeit entspannend und meditativ. Durch den frei schwebenden Körper sind meiner Kreativität keine Grenzen gesetzt“, sagt Rotraud Kopp, Teilnehmerin in der Qualitätsplattform der Wiener Masseure www.wohlfuehlpartner-wien.at