

SYLVIA ZENTNER

SHIATSU im Rahmen der Work-Life-Balance/Gesundheitsvorsorge



Fotos: Anna Stöcher

SHIATSU IM UNTERNEHMEN

- bietet eine Auszeit um aufzutanken
- ist hilfreich bei Verspannungen und Folgeerscheinungen (z.B. Kopfschmerzen, Rückenbeschwerden)
- fördert die Konzentrationsfähigkeit
- steigert die Motivation und Leistungsbereitschaft

ANGEBOT 1

EINZELBEHANDLUNG

Ablauf einer Shiatsu-Behandlung

Die Behandlung wird auf einer Matte am Boden in Bauch-, Rücken oder Seitenlage oder auch im Sitzen durchgeführt.

Bitte leichte bequeme Kleidung und Baumwollsocken mitbringen!

Dauer & Kosten

25 Minuten: € 40,00

ANGEBOT 2

GRUPPE „Fit to work“

Gerne biete ich auch gezielte **Körperübungen** für all jene, die aktiv etwas für ihren Körper tun wollen, im **Gruppensetting** an.

Variante „Guten Morgen“ oder Afterwork-Einheit

Teilnehmer: 6-12 TeilnehmerInnen

Dauer: 50 Minuten

Kosten: € 13,00/TeilnehmerIn oder Gruppenpreis nach Vereinbarung

Ort: Bewegungsraum im Unternehmen

Variante „aktive Mittagspause“

Teilnehmer: 6-12 TeilnehmerInnen

Dauer: 30 Minuten

Kosten: € 9,00/TeilnehmerIn oder Gruppenpreis nach Vereinbarung

Ort: Bewegungsraum im Unternehmen

Information & Kontakt

Sylvia Zentner

Dipl. Shiatsu-Praktikerin

0650 901 39 38

info@shiatsu-raum.net

www.shiatsu-raum.net

Shiatsu ist eine alternative, komplementäre Behandlungsform, die den Besuch beim Arzt/bei der Ärztin oder PsychotherapeutIn nicht ersetzt.