

# WORKSHOP

# INDIASE MASSAGE

Waarom een jaar onbetaald verlof nemen als u samen met uw collega's een middag kunt sabbaticallen? Is toch veel gezelliger en ook goed voor de teamspirit! Wanneer u klaar bent met deze workshop voelt u zich net zo ontspannen als na een Sabbatical Year!

## Hoofdmassage een eeuwenoude hoofdzaak!

Hoofdmassage wordt door heel Azië bij vrijwel elke kapper gegeven. Van Turkije tot China. Uit een aantal van deze stijlen is de hoofdmassage gecreëerd die we in deze workshop leren. De nadruk van de massage ligt op de Indiase stijl. De massage wordt gegeven bij een rechtop zittend persoon en is dus in elke stoel/ kruk etc. uit te voeren.

## Waarom hoofdmassage?

Het hoofd wordt continu blootgesteld aan allerlei indrukken. Stress en spanningen kunnen het hoofd een gespannen gevoel geven. Door direct op dit gebied te masseren breng je snel een diepe ontspanning teweeg. Daarnaast is het een laagdrempelige methode die eenvoudig op veel plaatsen is uit te voeren. Je hebt enkel een stoel nodig (zonder leuning).

## Wat kun je doen na deze cursus?

In deze cursus leer je een korte basisroute hoofdmassage die de volgende lichaamsdelen behandelt: Nek, schouders, oren, haren en uiteraard het hoofd. (Indien er cursisten bij zijn die dit gebied onprettig vinden kunnen zij met handmassage aan de slag). We gebruiken drukpunten, knedingen en strijkingen. Je kunt dan een lekkere massage van ongeveer 15 tot 20 minuten geven. De massage wordt gegeven zonder oliën of shampoo.



BisMajeur

Organisatie & Entertainment