

# Akupressur

**Kursdauer: 3 Tage**

Die Akupressur ist eine sanfte chinesische Heilmethode, die dank ihrer hohen Wirksamkeit, der ausgezeichneten Verträglichkeit und der einfachen Handhabung auch in Deutschland immer beliebter wird. Sie dient dazu, den Fluss der natürlichen Energien im menschlichen Organismus anzuregen und dadurch seine Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Dies geschieht durch das Drücken bestimmter Punkte auf der Körperoberfläche. Der Körper ist mit zahlreichen Leitbahnen (sog. Meridiane) überzogen, in denen die Lebensenergie fließt. Durch die Akupressur werden vorhandene Blockaden gelöst und der Energiekreislauf harmonisiert.

## **Inhalte des Seminars:**

- Einführung in die Grundlagen der chinesischen Medizin
- Die Hauptmeridiane und ihre Punkte
- Grundlage und Technik der Akupressur
- Praktisches Erarbeiten der 36 wichtigsten Akupressurpunkte zur Selbstbehandlung
- Umsetzung am Patienten
- Behandlung einzelner Krankheitsbilder

**Dozent:** Bernhard Bojanowski  
Masseur, Dozent für Fußreflexzonen-therapie  
und Akupressur