

WATSU - Wassershiatsu

WATA - Wassertanzen

- bei Stresssymptomen
- für Schwangere
- bei Bewegungseinschränkungen
- für körperlich u./od. geistig behinderte Menschen
- als Begleitung bei psychischen Prozessen

WATSU® und WATA® eignet sich für Jedermann / -frau

1980 wurden die beiden Elemente **Wasser & Shiatsu** vom amerikanischen Shiatsulehrer Harold Dull so in Verbindung gebracht, dass daraus eine völlig neue, ganzheitliche Körperarbeit namens **WATSU®** entstanden ist. Muskellockerung, Gelenkmobilisation und spiraldynamische Dehnung verbunden mit Gefühlen von Schwerelosigkeit, Freiheit und Geborgenheit, lassen neu gewonnene Lebensfreude und Vertrauen in die ganz persönliche Lebenskraft entstehen.

WATA®

Wenn der Wunsch entsteht, ganz einzutauchen, werden Sie, mit einer Nasenklemme versehen und behutsam in die Schwerelosigkeit unter Wasser geführt. Der dabei ausgelöste Tauchreflex bewirkt eine Vertiefung und Verlangsamung der Atmung. Zeit und Raum verlieren ihre Bedeutung, innere Ruhe und Gelassenheit breiten sich aus.

1 Einheit ca. 70 Minuten / € 60,- pro Person



Information und Anmeldung bei WATSU® und WATA®-
Practitioner Norina Pinz,
e-mail: norina@wassershiatsu.at, www.wassershiatsu.at,
Tel.: 01/481 91 69

