

# Thai Yoga Massage

ABCMassage.de



**Thai-Yoga-Massage** ist eine über 2500 Jahren alte Behandlungsmethode, die eine tiefe, intensive und entspannende Massage mit Dehnungen, passiven Yogastellungen und Akupressur verbindet. Richtig ausgeführt, löst Thai Yoga Massage Muskelverspannungen, stärkt den Kreislauf und wirkt positiv auf das Immunsystem.

## **Einführung in Thai-Yoga-Massage** (3 Unterrichtsstunden)

**Voraussetzungen:** Keine.

**Ziel:** Sie lernen, eine 20 Min. lange Massage zu geben.

Die Schwerpunkte:

- Dieser kurze Massagekurs ist perfekt für jedermann.
- Sie sammeln die ersten Erfahrungen in beiden Richtungen:  
Massage geben und empfangen.

Überzeugen Sie sich selbst über die Fertigkeiten, die Sie in so eine kurze Zeit erwerben können.



## **Thai-Yoga-Massage Basis Kurs** (12 Unterrichtsstunden)

**Voraussetzungen:** Keine.

**Ziel:** eine 60 Min. Massage zu erlernen

- Erläuterung der vier Grundlagen der Thai Yoga Massage
- Übergänge zwischen den Arbeitsstellungen
- Vertiefung der praktischen Erfahrungen
- Integration der Meditationstechniken in den Massageablauf

Wenn Sie gesund leben und die Vorteile des Yoga und der Massage mit ihren Freunden und ihrer Familie teilen möchten, wenn Sie überlegen ihr Wissen auf diesem Gebiet später zu vertiefen, dann ist dieser Kurs definitiv für Sie!



## **Thai-Yoga-Massage-Stufe 1** (40 Unterrichtsstunden)

**Voraussetzung:** Teilnahme an einem 3-stündigen oder 12-stündigen Kurs  
bzw. Massagevorkenntnisse

**Ziel:** eine vollständige 90 Min. Massage zu erlernen.

**Die Schwerpunkte:**

- Die vier Grundlagen der Thai Yoga Massage ( Bewusste Meditation, Körpermechanik, Bewegung, Massagetechniken mit Händen, Knien, Füßen und Ellenbögen)
- Reibungslose und fließende Übergänge zwischen  
den Arbeitsstellungen
- Kontraindikationen und Sicherheit
- Fürsorge für den Massageempfänger und den Massagegeber bevor,  
während, und nach der Massage
- Massage für Schultern, Beine, Füße, Rücken, Bauch, Arme, Hände und Kopf



Für Interessenten an beruflichen Fortbildungen in der Richtung der Thai-Yoga-Massage bieten wir einen **Aufbaukurs Stufe 2** (40 Stunden) Es besteht auch die Möglichkeit der Ausbildung in **Thai Yoga Massage Stufen 3-4, 5-6** in Berlin oder in Lotus Palm School in Montreal.

ABCMassage.de