

Kopf-Reflex-Zonen und ihre reflektorischen Auswirkungen auf den Rumpf



Sowohl Massagen als auch Atembewegung am und im Kopf wirken reflektorisch auf den Rumpf ein.

So regt z.B. die Atembewegung im Gaumendach die Tätigkeit des Zwerchfells an.

Weitere Zusammenhänge sind:

- Nase - Bronchien und Brustbein
- Jochbein - untere + mittlere Rippen
- Mund und Zunge - Bauch und Magen/Darm
- Unterkiefer - Becken

Ein großer Vorteil dieser Methode liegt darin, dass Sie sich selbst in der entspannten Liegeposition behandeln können.

Es entstehen oft tiefenentspannte Zustände, in der sich Körper, Geist und Seele regenerieren und neu ausrichten können.

Zudem sind die neurologischen Entsprechungen für Gesichtsmuskeln, Zunge, Mund, Ohr, und Auge stark ausgeprägt, so dass eine sehr differenzierte und effektive Reflex-Zonen-Arbeit möglich ist.

Massage, Übungen und Klangvibrationen am Kopf

Spürsames Massieren an Muskeln, Knochen und Sinnesorganen fördert die Durchblutung

Festhaltungen lösen sich,
Entspannung stellt sich ein.

Spielerische Bewegungsübungen lösen Verspannungen und machen geschmeidig

Zähneknirschen und Kiefersperren verringern sich.

Die Halswirbelsäule wird beweglicher.
Muskelfascien, Gelenke, Augen und Schleimhäute werden „geschmiert“.

Klangvibrationen der eigenen Stimme regen den Stoffwechsel auch im Inneren des Kopfes an

Sie bringen gezielt z.B. die Nebenhöhlen, die Ohrhöhlen oder auch das Gehirn spürbar ins Schwingen. Chronische Härten in den Schädelknochen als auch in den Sutures (Knochennähten) werden „aufgeweicht“.

Atem im Kopf

Eine freie Atembewegung durchschwingt den ganzen Kopf

Jeder Schädelknochen und jedes Sinnesorgan bewegt sich spürbar im Weit- und Schmal der Atembewegung, und fördert somit die Selbstregulation des Körpers.

Die feinstoffliche Lebenskraft (Chi) wird bewußt wahrgenommen und ins Fließen gebracht.

Richtiges Atmen hilft,

die Ohren und die Nase zu befreien

Die Nebenhöhlen und die Ohrhöhlen werden besser durchlüftet. Ein zuviel an Schleim oder Krusten wird abtransportiert. Sie atmen, hören, sehen und denken besser.

Eine gute Atmung ist die Voraussetzung für eine optimale Sauerstoffversorgung

Muskeln, Gelenke, Sinnesorgane und das Nervensystem werden optimal mit Sauerstoff versorgt.



Sie wollen :

- ❖ Ihren Kopf mal wieder richtig loslassen.
- ❖ Tiefenentspannung genießen.
- ❖ Ihr allgemeines Wohlbefinden steigern.
- ❖ Die Selbstregulierung Ihrer Körperfunktionen fördern,

z.B. bei Beschwerden am Kopf wie

Zähneknirschen	HWS-Syndrom
Kiefersperre	chron.Sinusitis
Tinnitus	erhöhter Augendruck
Gleichgewichtsstörungen	Kopfschmerzen
Phantomschmerzen	erschwerzte Nasenatmung

oder bei Beschwerden des Rumpfes in
Zwerchfell / Wirbelsäule / inneren Organen

*Dann ist die Teilnahme an meinen
Seminaren und Einzelstunden ein wichtiger
Beitrag zu Ihrer Gesundheitspflege.*



Die Kopf-Reflexzonen-Methode ist kein Ersatz, sondern eine Ergänzung zur Behandlung durch Ihren Arzt.



Peter Schaub

3-jährige Vollzeitausbildung als Atempädagoge nach
I.Middendorf

Fortbildungen Atem-Tonus-Ton
nach Maria Höller-Zangenfeind

seit 1993 Leitung von Seminaren und Fortbildungen im
Gesundheitsbereich

Praxis für Atemtherapie
c/o Praxis Beate Euler
Haardtstr. 22

69163 Mannheim-Lindenhof

Neckarsteinacherstr. 10
69239 Neckarsteinach-Darsberg

AtemSchaub@web.de

www.therapeuten.de/schaub_peter.htm

06229 - 960 606
0151- 555 068 24

Kopf- Reflexzonen



Seminare und Einzelstunden